Death; An Inside Story

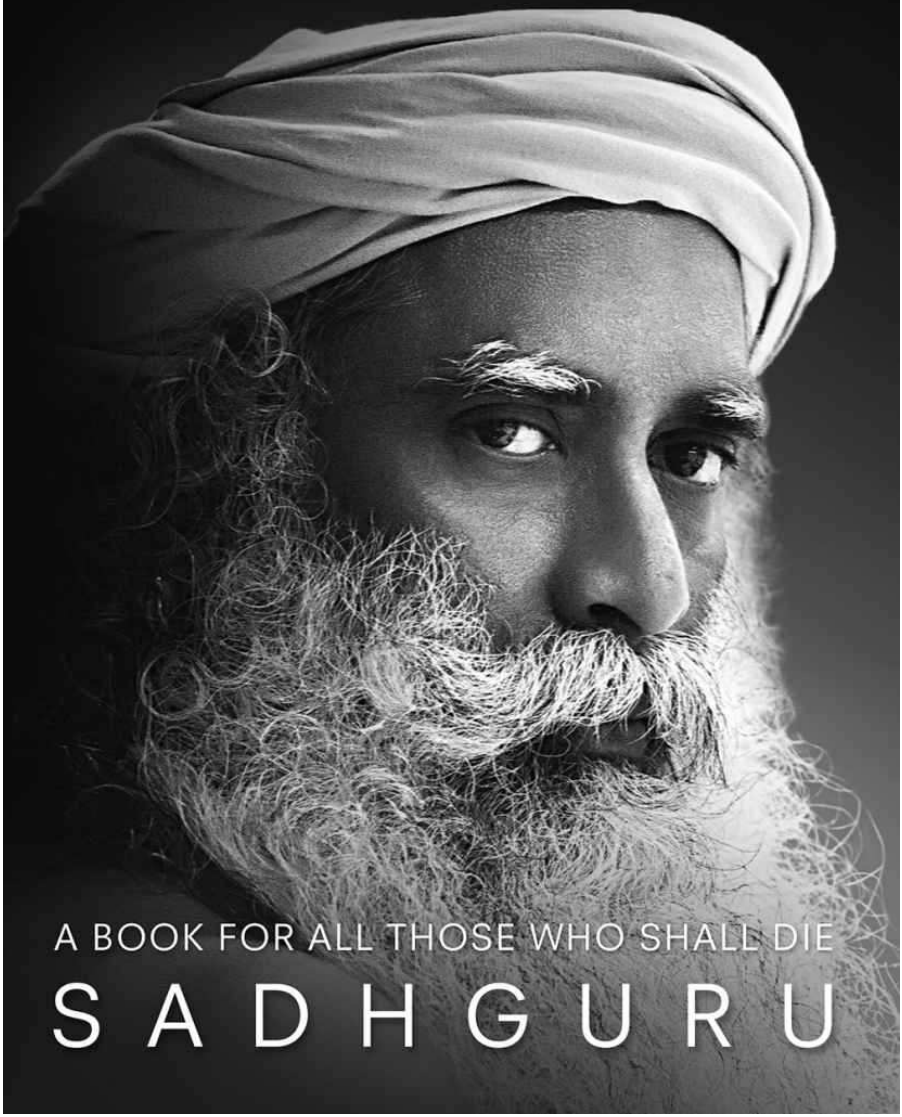
Muerte
Una Historia Interior

Sadhguru

FROM THE *NEW YORK TIMES* BESTSELLING AUTHOR

DEATH

AN INSIDE STORY



A BOOK FOR ALL THOSE WHO SHALL DIE

SADHGURU

SADHGURU

MUERTE

Una Historia Interior

PENGUIN BOOKS

Índice

Golpe Mortal: Una Introducción

PARTE I: Vida y Muerte en Un Solo Aliento

Muerte

Capítulo 1: Qué es la Muerte

La Muerte: La Pregunta Más Fundamental

Naturaleza Mortal

Explorando la Muerte

¿Es la Muerte una Calamidad?

Deja de Invitar a la Muerte

Capítulo 2: El Proceso de la Muerte

Qué Nos Hace Funcionar

Una Burbuja de Vida y Muerte

Entendiendo la Vida y la Muerte

Pancha Pranas: Las Cinco Energías Vitales

La Secuencia de la Muerte

Chakras: Las Puertas de Salida

Capítulo 3: La Calidad de la Muerte

Tipos de Muertes

Predicciones de Muerte

Energías Negativas

Suicidio: Una Perspectiva

Auxilio para los Suicidas

Las Consecuencias del Suicidio

Capítulo 4: ¿Se Puede Hackear la Muerte?

Engañando a la Muerte

El Baile de la Muerte

Transmigración

Buscando la Inmortalidad

Buscando las Próximas Dimensiones

Capítulo 5: Mahasamadhi

Samadhi y Muerte

Iluminación y Muerte

Mukti y Mahasamadhi

Algunos Mahasamadhis

PARTE II: La Gracia de la Muerte

Conviértete en Mí

Capítulo 6: Preparándose para una Buena Muerte

¿Requiere Preparación la Muerte?

Sueño, Ojas y Muerte

¿Por Qué la Gente Teme a la Muerte?

Cómo Enfrentar el Miedo a la Muerte

Cómo Vivir la Vejez

La Sabiduría de Vanaprastha Ashrama

La Práctica de Sallekhana

La Importancia de Morir en Kashi

Capítulo 7: Asistencia para los Moribundos

La Importancia de los Últimos Momentos de Vida

Ayudando a las Personas Sufrientes a Morir

Sobre Morir en Casa

Rituales desde la Muerte hasta la Disposición del Cuerpo

¿Está Bien Donar Órganos?

Desmaterializando el Cuerpo

Capítulo 8: Asistencia para los Desencarnados

¿Por Qué se Necesitan Rituales Post-mortem?

Runanubandha—La Red de Deudas

Kalabhairava Karma—Un Ritual Post-mortem en Isha

El Alcance del Kalabhairava Karma

Entrenando a las Personas para Rituales de Muerte

La Muerte de los Infantes

La Conexión Padre-Hijo en el Más Allá

La Importancia de los Aniversarios de Muerte

Culto a los Ancestros

Sobre el Cielo y el Infierno

Capítulo 9: Sobre el Duelo y el Luto

La Esencia del Duelo

Superando el Duelo

Artículos de los Muertos

Muerte Empática

Muerte a Gran Escala y sus Consecuencias

Período de Luto

Memoriales, Samadhis y Pirámides

PARTE III: Vida después de la Muerte

El Oscuro

Capítulo 10: La Vida de un Fantasma

¿Qué son los Fantasmas?

Problemas con los Fantasmas

Soluciones para Fantasmas

Disolviendo Seres Congelados

Nirmanakaya

Descargando Seres

Capítulo 11: El Enigma de la Reencarnación

Tomando un Nuevo Cuerpo

La Aritmética de la Reencarnación

Recuerdos de Vidas Pasadas en Niños

Explorando Vidas Pasadas

Bebé Hitler

Parejas para Vidas Enteras

La Única Relación Duradera

Vida Más Allá de Mil Lunas

Nacimiento: Siempre un Comienzo

El Renacimiento de los Lamas

Mis Vidas Pasadas

¿Volveré?

Capítulo 12: Ronda Final

Una Espiritualidad de Una Gota

Una vez Cometiste un Error de . . .

Notas

Capítulo 1: Qué es la Muerte

Capítulo 2: El Proceso de la Muerte

Capítulo 3: La Calidad de la Muerte

Capítulo 4: ¿Se Puede Hackear la Muerte?

Capítulo 5: Mahasamadhi

Capítulo 6: Preparándose para una Buena Muerte

Capítulo 7: Asistencia para los Moribundos

Capítulo 8: Asistencia para los Desencarnados

Capítulo 9: Sobre el Duelo y el Luto

Capítulo 10: La Vida de un Fantasma

Capítulo 11: El Enigma de la Reencarnación

Capítulo 12: Ronda Final

Glosario

Sigue a Penguin

Copyright

PENGUIN ANANDA

MUERTE

Yogi, místico y visionario, Sadhguru es un maestro espiritual con una diferencia. La absoluta claridad de percepción lo sitúa en un espacio único, no solo en asuntos espirituales, sino también en negocios, medio ambiente y asuntos internacionales, y abre una nueva puerta en todo lo que toca.

Clasificado entre las cincuenta personas más influyentes de la India, Sadhguru es conocido como un orador y formador de opinión de renombre internacional. Ha sido galardonado con el Padma Vibhushan, el premio civil anual más alto de la India, otorgado por un servicio excepcional y distinguido.

Sadhguru ha iniciado grandes iniciativas ecológicas, como Rally for Rivers y Cauvery Calling, para revitalizar los ríos severamente agotados de la India.

Estos proyectos han encontrado un apoyo fenomenal entre el pueblo y el liderazgo de la India. Están acreditados y reconocidos internacionalmente como factores de cambio que pueden establecer un modelo para el desarrollo económico global que sea ecológicamente sostenible.

Sadhguru ha sido orador principal en la Asamblea General de las

Naciones Unidas y en varios otros foros de la ONU. También ha sido invitado regularmente a hablar en instituciones como el Foro Económico Mundial, el Banco Mundial, la Cámara de los Lores, la Universidad de Oxford, MIT, Google y Microsoft, por nombrar algunos.

Con un compromiso celebratorio con la vida en todos los niveles, las áreas de participación activa de Sadhguru abarcan campos tan diversos como la arquitectura y el diseño visual, la poesía y la pintura, la aviación y la conducción, los deportes y la música. Es el diseñador de varios edificios y espacios consagrados únicos en el Centro de Yoga Isha, que han recibido gran atención por su combinación de intenso poder sagrado y estética innovadora.

Hace tres décadas, Sadhguru estableció la Fundación Isha, una organización sin fines de lucro al servicio de la humanidad, con el bienestar humano como su compromiso central. Isha cuenta con el apoyo de más de nueve millones de voluntarios en más de 300 centros en todo el mundo.

compromiso. Isha cuenta con el apoyo de más de nueve millones de voluntarios en más de 300 centros en todo el mundo.

app.sadhguru.org

isha.sadhguru.org

facebook.com/sadhguru

twitter.com/SadhguruJV

youtube.com/sadhguru

Golpe Mortal

Una Introducción

Todos queremos vivir bien, y cuando sea el momento, morir bien también. Esta es la esencia de la mayoría de las aspiraciones humanas. Dentro de esto, mucho, si no la mayor parte, del esfuerzo humano está dedicado a vivir bien, y el resultado lo refleja.

Los humanos han logrado mucho en términos de vivir bien. Hemos logrado adquirir más comodidad y conveniencia que cualquier otra generación en el pasado. Sin embargo, cuando se trata de morir bien, no se puede decir que muramos de una manera mejor que nuestros

antepasados. Muchos factores explican por qué los humanos tuvieron éxito en vivir mejor pero no en morir mejor, siendo el más significativo de ellos la disparidad entre la forma en que tratamos la vida y la muerte en nuestras sociedades.

En todo el mundo, la vida se considera principalmente un éxito que debe ser cantado y celebrado, pero la muerte se considera un fracaso que debe ser evitado y lamentado. Curiosamente, en la dicotomía construida de la vida y la muerte, es 'vida' la palabra de cuatro letras, no 'muerte'. Sin embargo, en el mundo, es la muerte la que recibe mala prensa. La muerte es una palabra cuya mera mención puede silenciar las conversaciones de la cena. A los niños se les enseña a nunca pronunciar la palabra en casa, a menos que el Dios de la Muerte decida visitarnos mientras los adultos están en una búsqueda para inventar eufemismos demasiado despiertos que intentan enmascarar la brutalidad del evento con vanidad.

Se dice que los humanos no saben mucho sobre la muerte porque no saben mucho sobre la vida en primer lugar. La muerte es un breve evento al final de una vida larga. Pero incluso después de haber vivido una vida completa, la gente no tiene idea sobre preguntas simples sobre la vida, como de dónde venimos y a dónde vamos. Así que la confusión sobre la muerte es comprensible. Sin embargo, debe reconocerse que en tiempos recientes, la humanidad ha avanzado mucho desde su comprensión simplista de que 'La vida es un regalo de Dios y la muerte es su ira'.

Tradicionalmente, solo la religión era la que las personas consultaban para desentrañar este misterio. La adjudicación de asuntos relacionados con la muerte y el

morir estaba mayormente en manos de chamanes y sacerdotes de varios tipos. Fue solo en los últimos doscientos años, cuando una serie de descubrimientos médicos comenzaron a tener un impacto considerable en la salud y la mortalidad a escala global, que las personas comenzaron a recurrir a la ciencia moderna para obtener respuestas sobre la muerte y el morir también. El éxito de la ciencia moderna en el manejo de asuntos de la muerte y el morir se puede ver en la mejora fenomenal en solo dos de los parámetros clave de salud global

—la esperanza de vida y la mortalidad infantil. No se necesita mejor testimonio del éxito de la medicina moderna que la creciente población mundial de 7.750 millones de personas en el planeta. Con este desarrollo, la medicina moderna ha desbancado firmemente a

todo lo demás como los adjudicadores finales de todos los asuntos de la vida y la muerte.

La ciencia moderna, caracterizada por su objetividad y universalidad, ha permitido ahora a las personas ver la muerte de maneras que antes no eran posibles.

Sin embargo, el rastro ardiente dejado por la ciencia moderna no está exento de puntos ciegos, peligros y destrucción. Un resultado importante de que la muerte sea manejada por la ciencia moderna es lo que se ha llamado la 'medicalización' de la muerte. La muerte, especialmente en los países más avanzados, ya no se considera un fenómeno natural, sino una condición médica, con incluso eventos y condiciones de vida ordinarios tratados como riesgos y enfermedades. La muerte precedida por intervenciones médicas excesivas y a menudo agresivas se ha convertido en la nueva norma.

Además, los humanos nunca han estado cómodos con su naturaleza mortal. Entonces, el éxito de la ciencia médica solo ha dado un nuevo impulso a la histórica búsqueda de la inmortalidad. Apoyándose en los hombros de la ciencia moderna, la gente ha comenzado a especular si la muerte no es de hecho la norma y la muerte una aberración. Ha envalentonado a las personas a preguntarse si la muerte no es solo una enfermedad más que necesita ser conquistada

—algo que nuestros superdetectives en batas blancas seguramente harán dentro de nuestra vida. Nuestra creciente capacidad para interferir con el proceso fundamental de la vida ha aumentado sin duda nuestra propensión a exagerar.

Una razón por la que los científicos parecen similares a los seis hombres ciegos estudiando un elefante, acertando partes mientras pierden el todo, es su visión de mirilla de la vida. La muerte, al igual que la vida, puede entenderse como teniendo tres componentes. Hay una parte biológica, una parte psicológica y una

parte metafísica que hace que la biología y la psicología ocurran.

En tiempos recientes, nuestra comprensión de la biología de la muerte ha aumentado mucho. Hoy, tenemos una comprensión mucho mejor del punto en el que, biológicamente, la vida termina y la muerte comienza. En términos de psicología también se ha avanzado mucho. ¿Qué hace a una persona? ¿Es la naturaleza o la crianza? ¿Cuál es el papel de cada uno? Estos aspectos también se entienden mucho mejor. Pero las preguntas más profundas de por qué ocurre la muerte o la

vida, y cómo, siguen siendo en gran medida no entendidas.

Desafortunadamente, la ciencia actual solo tiene acceso al ser desde el punto donde comienza el cuerpo hasta el punto donde termina. La ciencia ni siquiera reconoce la posibilidad de que algo podría preceder a la vida o suceder a la muerte. La hipótesis de que la vida es solo una ocurrencia casual en este vasto universo de infinitas permutaciones y combinaciones de factores está llena de muchos agujeros. El simple hecho de que una fuerza invisible enciende abruptamente la biología por un período de tiempo, y luego la apaga igualmente abruptamente, exige una investigación más profunda incluso según los estándares de la ciencia.

Mientras que la ciencia se detiene donde el cuerpo cae, las religiones del mundo están llenas de especulaciones sobre lo que sucede después de eso, dejando a uno perdido en algún lugar en la tierra de nadie en el medio. Es en tales tiempos que la presencia de un yogui o un místico como Sadhguru, que se basa principalmente en una experiencia interior en lugar de la tradición o las escrituras o el aprendizaje académico, se vuelve invaluable.

Sadhguru es un místico moderno y un yogui que ha tocado y transformado las vidas de millones de personas en todo el mundo con su visión única de la vida y las herramientas de auto-transformación. Una tarde, hace casi cuatro décadas, Sadhguru, entonces 'un joven en su mejor momento de arrogancia', tuvo una profunda experiencia espiritual que cambió su visión del mundo y su vida por completo. 'De repente, lo que había pensado toda mi vida que era yo estaba por todas partes. No sabía cuál era yo y cuál no lo era.' También lo hizo profundamente extático. En los meses siguientes, la experiencia se estabilizó más y se convirtió en una realidad viva. Esta realización espiritual también trajo de vuelta una avalancha de recuerdos de sus vidas pasadas y una profunda comprensión del proceso de vida y muerte. Esta experiencia hizo que Sadhguru se propusiera enseñar al mundo entero a vivir tan alegre y extáticamente como él.

En las últimas cuatro décadas, esto se ha convertido en un movimiento global dirigido a la auto-transformación. Pero mirando hacia atrás no está claro en qué momento Sadhguru, quien ha sido considerado una autoridad principal en vivir con alegría, comenzó a ser considerado también una autoridad en la muerte. ¿Fue cuando comenzó a relatar claramente sus vidas pasadas? ¿O fue hace veinticinco años, cuando articuló por primera vez el propósito de su vida actual — consagrar el Dhyanalinga, el sueño de muchos yoguis consumados, que le fue encomendado por su Gurú hace tres vidas? ¿O fue cuando varias

personas a su alrededor fueron capaces de recordar espontáneamente su asociación con él en sus vidas pasadas? No está muy claro cuándo, pero pronto la gente comenzó a recurrir a Sadhguru en asuntos de muerte y morir también.

Sin embargo, Sadhguru no siempre ha sido el más comunicativo sobre la muerte. De hecho, uno pensaría que estaba siendo evasivo. Demasiadas personas que pensaban que podrían extraer los secretos más profundos de la vida a través de una simple pregunta inocua —'¿Qué pasa después de la muerte, Sadhguru?'—

han quedado decepcionadas. Para su consternación, generalmente eran burlados con respuestas como, '¡Algunas cosas solo se saben por experiencia!' Otros que querían saber cómo comunicarse con los muertos fueron instruidos a preocuparse primero por comunicarse con los vivos. Las personas que preguntaron sobre la existencia de almas fueron informadas de que tenían dos — una bajo cada pie.

Sin embargo, todas sus enseñanzas y prácticas no han estado exentas de un toque de muerte o más.

Sadhguru es probablemente la única persona en el planeta que, en un tono inexpresivo, hablaría sobre la muerte a un salón lleno de gente, a primera hora de la mañana durante ciertos programas residenciales. Luego los llevaría a través de una meditación guiada para experimentar la muerte de primera mano. Probablemente es el único que enseñaría 'El Camino del Vivir Sin Esfuerzo' iniciando a las personas en una experiencia de meditación parecida a la muerte, para ser practicada dos veces al día. También es la persona ambiciosa que se propone enseñar a todos en el mundo las formas de vivir alegremente; pero al descubrir que no está cumpliendo, pragmáticamente se embarca en enseñarles métodos para al menos morir en paz. También es la persona que asegura a las personas, 'Si has sido iniciado por mí, o has cometido el error de sentarte frente a

mí totalmente, incluso por un momento, no hay reencarnación para ti.' Y la lista continúa.

Una vez, cuando estábamos filmando a Sadhguru para un DVD, alguien le preguntó, '¿Por qué en la mayoría de las tradiciones orientales, se le otorga un alto nivel de santidad al momento de la muerte? ¿Por qué se le otorga al momento de la muerte una especie de estatus cuasi-espiritual?' Hablando fuera de su guion habitual de disuasión, Sadhguru dijo que si el momento de la muerte se maneja correctamente — si hubo una preparación adecuada, una guía

adecuada y quizás alguna ayuda externa también — entonces, en términos espirituales, incluso lo que probablemente no sucedió en vida podría suceder en la muerte. Esto fue una revelación para mí. Nunca había oído a nadie hablar de la muerte como una posibilidad espiritual.

Se siguió una discusión sobre esto, pero como estaba mayormente fuera del alcance del video que se estaba filmando, Sadhguru no profundizó más. Estaba muy intrigado. ¿Acaso Sadhguru acababa de decir que hay una gran posibilidad espiritual escondida a simple vista en el aspecto de la vida tan temido y aborrecido — la muerte? ¿Había un gran viaje gratis esperando ser tomado en el momento de la muerte, y éramos ajenos a ello? Si es así, ¿por qué no hemos oído hablar de esto antes? ¿Por qué no se habla más de esto? ¿Por qué no estamos alertando a las personas sobre ello? ¿Podría Sadhguru ofrecer la guía necesaria para la preparación, podría dar la 'ayuda' requerida? Por supuesto que podría. Pero, ¿lo haría? ¿Podría ser persuadido para abrir otro frente en su compromiso con el mundo? Sadhguru estaba ciertamente dispuesto, pero la tarea de compilar el libro no fue tan fácil como había imaginado. Había asumido que sería una tarea simple porque, después de todo, si uno sabe algo, ¿qué tan difícil sería articularlo? Bueno, esa suposición resultó ser algo prematura, porque las explicaciones solo pueden recorrer desde lo conocido hasta lo desconocido, y en este caso, la brecha resultó ser bastante formidable.

El gran fenómeno de la vida no puede ser limitado al período entre el nacimiento y la muerte, como lo ve la ciencia moderna. Se remonta hasta el comienzo de la Creación y se extiende hasta donde sea que la Creación se dirija. Por lo tanto, cualquier comprensión de la muerte que no tenga en cuenta este hecho está destinada a ser incompleta e incorrecta. En la primera parte del libro — Vida y Muerte en Un Solo Aliento — Sadhguru

describe el mecanismo esencial de la vida y la muerte utilizando varios enfoques. Describe la comprensión Yóguica y simplifica esto utilizando el ejemplo de la burbuja de jabón familiar. Llevando el discurso más allá de los límites habituales, Sadhguru traza los orígenes de la vida desde el comienzo de la Creación hasta el ciclo de nacimiento y muerte que todos experimentamos.

También habla sobre los diferentes tipos de muertes y qué opciones tenemos en la muerte. Concluye la primera parte describiendo la forma más elevada de muerte — la disolución del Yo — que es el objetivo de todos los buscadores espirituales.

Además de explicar la mecánica subyacente del nacimiento y la muerte, uno de los objetivos del libro es también ayudar a uno a lograr una 'buena'

muerte. En la segunda parte del libro—La Gracia de la Muerte —

Sadhguru aclara qué es una 'buena' muerte y qué preparativos podemos hacer para ello. Además, cuando una persona está muriendo, está en la situación más vulnerable, incapaz de ayudarse a sí misma. Sadhguru explica qué asistencia se puede proporcionar en tales situaciones y la diferencia que eso puede hacer para la persona moribunda. Habla sobre cómo el viaje de la persona después de la muerte podría ser asistido haciendo algunos actos simples. También comparte algunos valiosos conocimientos sobre el duelo y cómo podemos enfrentarlo de manera significativa.

La vida después de la muerte no es estrictamente una parte del proceso de la muerte y el morir, sino un subproducto de ello. En la tercera parte del libro — Vida después de la Muerte —

Sadhguru nos ofrece conocimientos sobre este aspecto de la vida tan mal entendido y difamado. Aquí, Sadhguru habla sobre fantasmas y espíritus, sus orígenes y sus vidas, qué pueden y qué no pueden hacer por nosotros y cómo podemos protegernos. También habla sobre el proceso de reencarnación, qué se transmite de un nacimiento a otro y qué se pierde. También examina si nuestras vidas anteriores son de alguna relevancia para nuestras vidas presentes en absoluto. En este contexto, Sadhguru habla sobre sus propias vidas pasadas y responde la pregunta que las personas le hacen frecuentemente—¿volverá?

El libro no está de ninguna manera completo en presentar todo lo que buscamos saber sobre la muerte y el morir. Tampoco es la suma total de todo lo que Sadhguru tiene para ofrecer. Pero esperamos que sea una fuerza activa para disipar la gama de conceptos erróneos sobre la muerte en el mundo. El aspecto más significativo del libro, sin embargo, es cómo las herramientas ofrecidas por Sadhguru y su

presencia entre nosotros pueden ayudarnos a hacer nuestra propia muerte más elegante y espiritualmente significativa. En todo el bullicio sobre la muerte y el morir, se espera que este propósito principal del libro no se pierda en el lector.

Swami Nisarga

PARTE I

Vida y Muerte

en Un Solo Aliento

Muerte

Vida y muerte viven en mí a la vez

Nunca sostuve una por encima de la otra

Cuando uno está lejos, ofrezco vida

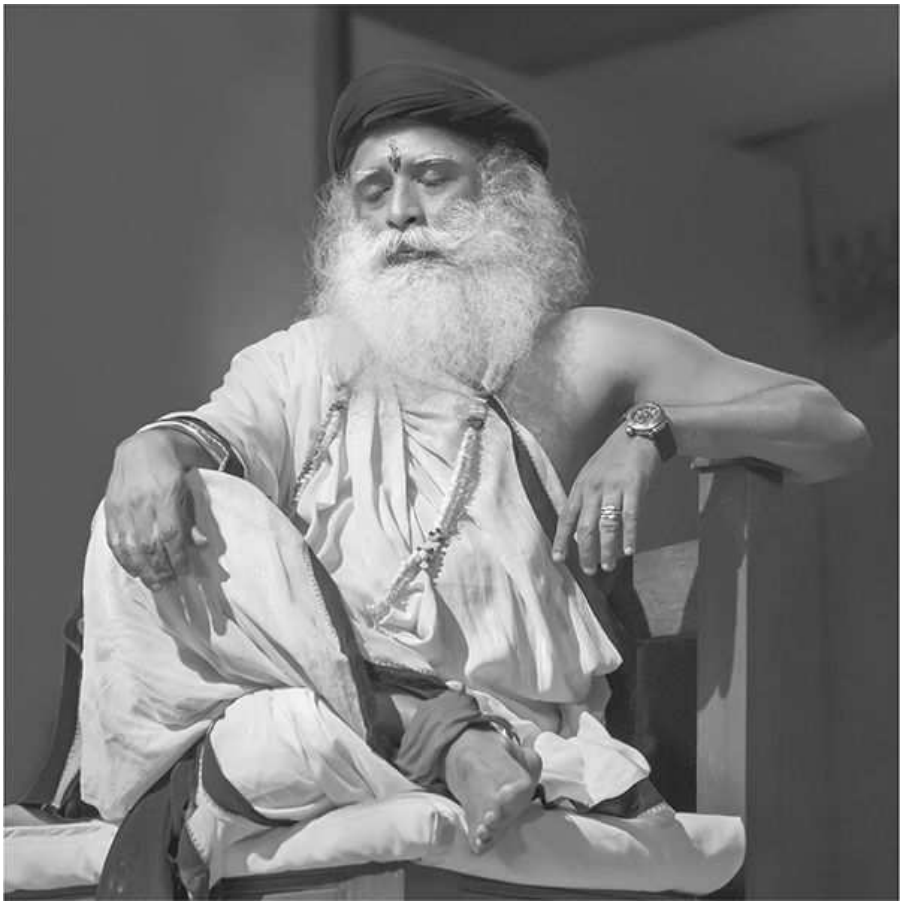
En cercanía, solo trato con la muerte

En la muerte de lo limitado

Estará lo inmortal

Cómo decirles a los tontos

De mi maldad inmaculada.



C A P Í T U L O 1

Qué es la Muerte

La muerte es la pregunta más fundamental. Sin embargo, la gente puede ignorarla, evitarla y simplemente seguir viviendo en su ignorancia simplemente porque todo tipo de historias idiotas se han difundido en el mundo en nombre de la religión.

La Muerte: La Pregunta Más Fundamental

¿Sabes que morirás algún día? Oh, te bendigo con una larga vida, pero de todos modos, morirás algún día. No podemos estar seguros de otras cosas en tu vida. No sabemos si te casarás o no, o si conseguirás un trabajo o no, si tendrás éxito o no, pero esta una cosa está garantizada en tu vida: ¡irás directo a tu tumba! Una de las mayores locuras humanas es relacionarse con la muerte en tercera persona, como si fuera un evento abstracto que les sucede a otras personas, no a nosotros. ¿Sabes que alrededor de 160,000 personas en el mundo, que

estaban vivas ayer, no están hoy? Cada segundo, dos personas mueren en el mundo. Y un día, esto nos sucederá a ti y a mí también. No se necesita una enorme investigación, o inteligencia, o incluso educación, para saber esto. Este conocimiento está incrustado en cada ser humano. Sin embargo, pensamos que tenemos un arrendamiento de vida ilimitado. Esta situación se expresa mejor en la epopeya india Mahabharata.

Los cinco príncipes Pandava, que son los protagonistas, están perdidos en los bosques. Severamente hambrientos y sedientos, exploran las colinas cercanas en busca de agua y comida. Ven un lago y, cuando intentan beber de él, se enfrentan a un *yaksha* (un ser celestial) en forma de grulla blanca que insiste en que primero respondan sus preguntas. Negándose a ser detenidos por un mero pájaro, uno por uno, intentan beber del lago y caen muertos. Solo queda Yudhishthira, el mayor de ellos. Siempre el humilde y recto, Yudhishthira ignora su sed y se involucra con el yaksha, quien le lanza una ráfaga de preguntas sobre la vida. Una de esas

preguntas es, '¿Cuál es la mayor maravilla de la vida?' Sin dudarlo, Yudhishthira responde famosamente, 'Cientos y miles de seres vivos se encuentran con la muerte en cada momento, sin embargo, el hombre tonto se cree inmortal y no se prepara para la muerte. Esta es la mayor maravilla de la vida.' El yaksha está complacido con esta respuesta, por lo que le permite beber del lago y también restaura las vidas de sus hermanos muertos. Esto ocurrió hace 5000 años, pero la psique humana respecto a la muerte ha cambiado muy poco desde entonces.

La muerte es una pregunta muy fundamental. En realidad, la muerte está más cerca de nosotros que las estadísticas que leemos sobre ella. Cada momento, la muerte está ocurriendo en nosotros a nivel de órganos y células. Así es como, con solo una mirada a tu interior, tu médico sabe cuántos años tienes. De hecho, la muerte comenzó en nosotros incluso antes de nacer. Solo si eres ignorante e inconsciente parece que la muerte llegará a ti algún día más tarde. Si eres consciente, verás que tanto la vida como la muerte están ocurriendo cada momento. Si tan solo respiras un poco más conscientemente, notarás que con cada inhalación hay vida, con cada exhalación hay muerte. Al nacer, lo primero que hace un niño es inhalar, tomar una bocanada de aire. Y lo último que harás en tu vida es una exhalación. Exhalas ahora, y si no haces la siguiente inhalación, estarás muerto. Si no entiendes esto, solo haz una exhalación, sostén tu nariz y no hagas la siguiente inhalación. En unos momentos, cada célula de tu cuerpo comenzará a gritar por vida. La vida y la muerte están ocurriendo todo el tiempo. Existen juntas, inseparables, en el mismo aliento. Esta

relación va incluso más allá del aliento. El aliento es solo un actor secundario; el proceso real es de la energía vital, o prana, que controla la existencia física. Con cierto dominio sobre el prana, uno puede existir más allá del aliento por períodos de tiempo sustanciales. El aliento es un poco más inmediato en su requerimiento, pero en la misma categoría que la comida y el agua.

La muerte es un aspecto tan fundamental, porque si una pequeña cosa sucede, puedes estar muerto mañana por la mañana. ¿Por qué mañana por la mañana?

—una pequeña cosa ahora y podrías irte en el siguiente momento. Si fueras como cualquier otra criatura, tal vez no podrías pensar en todo esto, pero una vez que uno está dotado de inteligencia humana, ¿cómo puedes simplemente ignorar un aspecto tan significativo de tu vida? ¿Cómo puedes evitarlo

y seguir viviendo como si fueras a estar aquí para siempre? ¿Cómo es que después de vivir aquí durante millones de años de vida, los seres humanos aún no saben nada sobre la muerte? Bueno, tampoco saben nada sobre la vida. Sabemos todas las trampas sobre la vida, pero ¿qué sabes sobre la vida como tal?

Fundamentalmente, esta situación ha surgido porque has perdido perspectiva de quién eres en este Universo. Si este sistema solar, en el que estamos, se evapora mañana por la mañana, nadie siquiera lo notará en este Cosmos. Es tan pequeño, solo una mota. En esta mota de sistema solar, el Planeta Tierra es una micro mota. En esa micro mota, la ciudad en la que vives es una super micro mota. En eso, eres un gran hombre. Este es un problema serio. Cuando has perdido por completo la perspectiva de quién eres, ¿cómo crees que captarás algo sobre la naturaleza de la vida o la muerte?

Una razón por la que las personas pueden ignorar la muerte y seguir viviendo en su ignorancia es simplemente que las religiones del mundo han difundido todo tipo de historias idiotas sobre la vida y la muerte. Crearon algunas explicaciones tontas y infantiles para todo. '¿Cómo nací?' 'La cigüeña te trajo.'

'¿A dónde vas a ir?' 'Al cielo.' Esta explicación es muy simple pero absurda. Al menos, podrían haber elegido un modo de transporte más eficiente que una cigüeña. Las cigüeñas migran solo en una temporada particular, por lo que todos los niños deberían haber nacido en esa temporada únicamente, ¡no durante otros tiempos! Además, si las personas están tan seguras de que van al cielo después de morir, les

pregunto, '¿Por qué están retrasando su partida, entonces?

¿Por qué no se van ahora mismo?' Todas estas historias tontas han apagado la curiosidad humana básica sobre la vida y la muerte. De lo contrario, la pura curiosidad, si no el dolor y el sufrimiento de la vida, habría impulsado fuertemente a muchas personas a buscar respuestas a esta pregunta fundamental.

Naturaleza Mortal

La gente siempre piensa que recordarse de Dios los hará espirituales. Para nada. Si sigues pensando o creyendo en Dios, no harás tu trabajo correctamente, pero piensas que producirás buenos resultados.

No estudiarás para tu examen y piensas que serás el primero en clase gracias a tu oración. Estas personas se vuelven más audaces que otras

sobre la vida porque ahora tienen el apoyo de Dios. Siempre, las personas que creían que Dios estaba con ellas han hecho las cosas más violentas en el planeta. 'Dios está conmigo' te da una nueva confianza, que es muy peligrosa. Si piensas en Dios de esta manera, no te volverás espiritual

—podrías en realidad volverte muy audaz y estúpido.

Una vez sucedió: había dos chicos jóvenes, muy enérgicos, en un vecindario. Usualmente, cuando los chicos jóvenes son muy enérgicos, están en constante problemas. Lo mismo sucedió con estos chicos también. Sus padres estaban muy avergonzados de ellos porque toda la comunidad estaba discutiendo sobre sus hijos. Así que, no sabiendo qué hacer, decidieron llevarlos al sacerdote de la parroquia local para corregirlos. Debido a que los chicos serían demasiado fuertes para manejarlos juntos, los padres decidieron llevarlos al sacerdote por separado. Llevaron al chico menor primero, lo hicieron sentarse en la oficina del sacerdote y se fueron. El sacerdote entró con sus largas túnicas y caminó de un lado a otro por la habitación varias veces con una cara grave.

El chico se sentó allí, sus globos oculares haciendo el acto de ping-pong.

Mientras caminaba de un lado a otro, el sacerdote ideó una estrategia. Pensó, 'Si le recuerdo a este chico que Dios está dentro de él, toda su travesura desaparecerá.' Así que se detuvo dramáticamente a mitad de paso y, con una voz resonante, preguntó al chico, '¿Dónde está Dios?' El chico parecía desconcertado. Comenzó a mirar por todos lados

porque pensó que Dios debía estar en algún lugar de la oficina del sacerdote. El sacerdote vio que el chico no estaba captando el punto.

Pensando que debería darle una pequeña pista de que Dios está dentro de él, el sacerdote se apoyó en la mesa y, señalando al pequeño chico, volvió a decir con voz resonante, '¿Dónde está Dios?' El chico parecía aún más desconcertado y miró debajo de la mesa. El sacerdote vio que el chico aún no lo comprendía. Así que caminó alrededor, se acercó a él y, tocando en el pecho del pequeño, volvió a decir con voz resonante, '¿Dónde está Dios?' El chico ahora se levantó y salió corriendo de la habitación. Corrió hasta donde estaba su hermano mayor y le dijo, 'Estamos en un gran problema.' El hermano mayor preguntó, '¿Por qué? ¿Qué pasó?' Él dijo, 'Han perdido a su Dios y creen que nosotros lo hicimos.'

Pensar en Dios te hará pensar que puedes hacer cosas idiotas en tu vida, y con una oración, todo se solucionará. Esto no es volverse espiritual. Es solo cuando te vuelves consciente de que también morirás, que te volverás espiritual. Solo cuando esta conciencia de la mortalidad

se infiltra en ti, te volverás hacia adentro. En el momento en que abordas la naturaleza mortal de quién eres, también querrás saber cuál es la fuente de esta vida. Desarrollarás el anhelo de saber de qué se trata todo esto, y qué hay más allá de esto. Se convertirá en una búsqueda natural.

Ese es el proceso espiritual.

Nadie buscaría la espiritualidad si no supiera que moriría. Cuando eres joven, piensas que eres inmortal. Poco a poco, a medida que envejeces, al menos tu cuerpo definitivamente te recuerda que eres mortal. Y cuando te enfrentas a la muerte o a la muerte de alguien querido, seguramente comenzarás a preguntarte de qué se trata todo esto. Si eres consciente de la naturaleza mortal de tu vida, ¿dónde está el tiempo para enojarse con alguien o pelearse con alguien o hacer algo estúpido en la vida? Una vez que aceptas la muerte, y eres consciente de que morirás, querrás hacer cada momento de tu vida tan hermoso como sea posible.

Aquellos que son constantemente conscientes de la naturaleza mortal y frágil de la Existencia no querrán perder ni un solo momento; serán naturalmente conscientes. No pueden dar nada por sentado; vivirán con mucho propósito. Solo las personas que creen que son inmortales pueden luchar y luchar hasta la muerte.

En la tradición india, los terrenos de cremación siempre se consideran muy sagrados. Cuando alguien muere, incluso si es alguien que no conoces, te afecta en algún lugar. En cualquier práctica espiritual genuina, siempre hay el olor de la muerte. Si profundizas lo suficiente en ello, te recordará que eres mortal. Cualquiera que sea el sadhana 1 que te hayamos enseñado, ya sea Shoonya, o Shakti Chalana, o Shambhavi Mahamudra, aún más con Samyama 2 —esencialmente, hay un toque de muerte en ello. Si no hay un toque de muerte en ello, no hay espiritualidad; es solo entretenimiento. Si alguien te enseñó una práctica superficial y la-la, puede hacerte sentir bien, pero no hay nada más en ello.

Tradicionalmente, cada yogui comenzaba su búsqueda espiritual en los terrenos de cremación. De hecho, muchos Maestros han utilizado esto como un proceso espiritual.

Gautama el Buda lo hizo obligatorio para sus monjes. Antes de iniciar a cualquiera que viniera a él, les pedía que fueran y se sentaran en el terreno de cremación más concurrido durante tres meses, solo observando los cuerpos ardiendo. Incluso hoy en día, si vas a Manikarnika Ghat 3 en Varanasi, un

mínimo de media docena de cuerpos estarán ardiendo allí en cualquier momento.

Y se maneja como un negocio normal, de manera muy casual. En estos días, no hay suficiente tiempo para quemar completamente el cuerpo, porque incluso antes de que un cuerpo esté completamente quemado, ya ha llegado el siguiente. Así que lanzan este cuerpo medio quemado al río. En realidad, es muy bueno para ti ver que así es como la gente también te tratará algún día.

Cuando era joven, no tenía conocimiento de todo esto. Pero desde los ocho hasta los diecisiete años, pasé una enorme cantidad de tiempo en el crematorio. Simplemente me intrigaba. Todos hablaban de tantas cosas extrañas que sucedían allí; había escuchado historias de que los espíritus colgaban boca abajo de los árboles. Quería ver estas cosas por mí mismo. Así que pasé muchos días y noches en los crematorios. Había uno muy cerca de nuestra casa y otro en las faldas de las colinas de Chamundi.

El de las colinas de Chamundi estaba muy ocupado. Cualquier momento que fueras allí, habría al menos cuatro o cinco cuerpos ardiendo. Siempre que iba de excursión, pasaba las noches allí porque la colina estaría fría, pero aquí siempre había un fuego ardiendo. Así

que me sentaba junto al fuego y simplemente observaba la quema.

También había mucho drama alrededor de la pira.

Por lo general, cuando la gente viene con un cuerpo al crematorio, todos están llorando como si hubieran perdido todo en la vida y todo eso. Luego prenden fuego al cuerpo. Se quedan allí por media hora o cuarenta y cinco minutos y luego se van. El fuego aún está ardiendo, pero ellos se van. Probablemente tienen otros asuntos que atender, pero yo me quedaba allí, observando. Si has observado cuidadosamente un cuerpo siendo quemado en una pira, lo primero que se quema es el cuello porque es estrecho. Cuando esto sucede, a menos que hayan hecho un arreglo grande y adecuado de leña, la cabeza medio quemada inevitablemente rueda fuera de la pira como una pelota de fútbol. Parece un poco espeluznante: ¡una cabeza rodando fuera de la pira! Probablemente porque la leña es cara, o porque no tienen suficiente experiencia en organizar una pira adecuada, esto solía suceder a menudo. Sucedía después de tres horas y media a cuatro horas de quema. Para ese momento, no habría familiares presentes, así que yo era el que recogía las cabezas y las volvía a poner en la pira.

Pasé muchos días y noches en los terrenos de cremación, simplemente sentándome, mirando y ayudando a que estos cuerpos se quemaran completamente. Esto desencadenó un tipo de proceso completamente diferente en mí. Sé que querrías evitar esto, pero es bueno sentarse y ver los cuerpos quemarse continuamente. Viviendo en la comodidad de tu casa, es muy fácil pensar que eres inmortal.

Pero cuando un cuerpo se está quemando frente a ti, no es muy difícil ver que podrías ser tú mañana. Mental y emocionalmente, también puede haber reacciones, pero lo más importante es que tu cuerpo percibe la vida a su manera.

La vista de otro cuerpo quemándose lo perturba profundamente. Trae una conciencia y un sentido diferente dentro de ti. Muchas cosas que has imaginado sobre ti mismo se quemarán en el terreno de cremación si te sientas allí y sigues observando lo que sucede.

Cuando estás viendo los cuerpos quemarse, no deberías pensar en ello.

Simplemente míralo; solo míralo y míralo y míralo. Después de un tiempo, verás que eres tú. No es diferente. Es tu propio cuerpo. Una vez que puedas reemplazar ese cuerpo por el tuyo y aún así sentarte allí, hay una profunda aceptación de la muerte. Esto no es un proceso

psicológico. Cuando tu propio cuerpo percibe la fragilidad de su existencia, hay un alivio y una aceptación muy profundos. Una vez que hay una profunda aceptación de la muerte, la vida te sucederá en enormes proporciones. Es solo porque intentaste mantener la muerte alejada que la vida también se ha mantenido alejada de ti. Por eso casi todos los yoguis pasaron una cantidad significativa de tiempo en los terrenos de cremación en algún momento de su vida.

Explorando la Muerte

Ocurrió un incidente cuando aún estaba en la escuela, que me intrigó profundamente sobre la muerte. Tenía trece años en ese momento. Era un niño bastante inusual en la escuela, pero, por lo general, nadie se atrevía a molestarme porque los golpeaba. Pero había una chica llamada Sucharita, que estaba un poco loca y, por alguna razón, seguía molestándome, '¡Jaggi 4 el Grande!

¡Jaggi el Grande!' Estaba irritado, pero lo ignoraba. Una vez, después de unas vacaciones escolares, ella no volvió a la escuela. Todos los días, cuando se llamaba su nombre durante la asistencia, algunos de nosotros imitábamos una voz femenina e intentábamos responder por ella para divertirnos. Esto ocurrió durante unos días. Luego, el hermano de esta chica, que era dos años menor que nosotros en la misma escuela, nos dijo que su hermana había muerto de neumonía durante las vacaciones. Eso realmente me asustó. No porque alguien hubiera muerto, sino porque alguien que estaba vivo y aquí con nosotros había desaparecido así como así.

Esto me intrigó profundamente. Esta chica tenía mi edad, hacía muchas cosas en clase, y de repente se había ido. Dijeron que estaba muerta, pero yo quería saber a dónde podría haber ido. Hasta entonces, para mí, solo las personas mayores morían. Pero siendo de mi grupo de edad, la chica había traído la muerte a mi puerta. Ahora ya no era una pregunta de curiosidad, sino una muy existencial.

Quería saber a dónde demonios va la gente cuando muere y qué sucede después de la muerte. Ya había hecho estas preguntas a muchas personas incluso antes de que ocurriera este incidente. También había pasado mucho tiempo en los terrenos de cremación en la ciudad, pero aún no sabía qué sucedía después de la muerte. Así que pensé que emprendería un viaje a la muerte yo mismo y vería qué pasaba.

Mi padre es médico, así que tenía un botiquín en casa. Sabía que había muchas medicinas en él. Entre ellas, encontré una botella de Gardenal

Sodium. Es un tipo de barbitúrico que puede ponerte a dormir.

La botella se suponía que contenía cien tabletas, pero cuando las saqué y conté, solo había noventa y ocho. Alguien la había abierto y había usado dos. Pensé que noventa y ocho tabletas deberían ser una dosis lo suficientemente fuerte como para causar la muerte. Luego, revisé mi armario.

Tenía algo de dinero y muchas propiedades personales como canicas, tirachinas y algunas mascotas de aves, que tienen un gran valor para un niño. Decidí regalarlos todos porque iba a morir de todos modos. Algunas cosas las di a mi hermano, el resto las distribuí entre mis amigos cercanos. Les dije que me iba. Todos pensaron que era una gran broma. Luego, un día decidí que lo haría esa noche. No cené esa noche porque sabía que si había comida en el estómago, estas cosas no funcionarían muy bien. Le dije a mi familia que no tenía hambre y me fui a la terraza con las tabletas. Me tomé las noventa y ocho pastillas y simplemente me fui a dormir, esperando saber a dónde van todas las personas muertas.

Por la mañana, hicieron todo lo posible para despertarme, pero no me desperté. Normalmente, siempre era un poco difícil despertarme por las mañanas, pero esta vez simplemente no me desperté en absoluto. Luego, mi padre vio que estaba inerte. Todos se aterrorizaron y me llevaron al hospital.

Me hicieron un lavado de estómago, me pusieron oxígeno y todo eso, pero no desperté. Durante tres días, estuve sin vida y en un sueño profundo. Al tercer día, lentamente me desperté. Aún acostado en la cama, lentamente abrí los ojos. Lo primero que vi fueron las vigas en el techo sobre la cama. Inmediatamente reconocí dónde estaba. Había visto esas vigas muchas veces antes cuando visitaba a mi padre en el Hospital de Ferrocarriles, donde trabajaba. Así que ahí estaba yo, acostado en una cama de su hospital con todo tipo de tubos saliendo de mí. Fue muy frustrante, porque había pasado por todo este esfuerzo esperando ver a dónde va uno después de la muerte, ¡y todo lo que veo son las malditas vigas en el Hospital de Ferrocarriles!

Ese fue un intento desesperado de saber qué pasa después de la muerte, pero no aprendí nada sobre ello. La única consolación fue que aprendí que esa no era la manera de saber. Más tarde, logré intimidar a mis amigos para que me devolvieran la mayoría de las cosas que les había distribuido, ¡y la vida continuó!

Muchos años después, cuando era un joven viviendo la vida en su

mejor momento, una experiencia profunda vino sin ser buscada que cambió mi perspectiva sobre la vida y la muerte completamente.

Una cálida tarde de septiembre, estaba sentado solo en una roca en las colinas de Chamundi. Tenía los ojos abiertos, ni siquiera cerrados, cuando algo comenzó a sucederme. De repente, lo que pensaba toda mi vida que era yo estaba por todas partes: mi interior se había convertido en el exterior. No sabía qué era yo y qué no lo era. El aire que respiraba, la roca en la que estaba sentado, la atmósfera a mi alrededor, todo se había convertido en mí. Era una locura porque lo que estaba sucediendo era indescriptible.

Lo que era yo se había vuelto tan enorme, que estaba en todas partes. Pensé que esto duró unos minutos, pero cuando volví a mis sentidos normales, el sol se había puesto y estaba oscuro. Mis ojos estaban abiertos. Estaba completamente consciente, pero lo que había considerado como yo hasta ese momento había desaparecido.

Desde los ocho años de edad, no había derramado una sola lágrima. Pero ahora, mientras estaba sentado, las lágrimas fluían hasta el punto de que mi camisa estaba mojada.

Siempre he sido pacífico y feliz; eso nunca ha sido un problema.

Pero aquí estaba, empapado de un tipo completamente nuevo de dicha. Eran alrededor de las 7:30 de la noche. Aproximadamente cuatro horas y media habían pasado así.

Cuando volví a casa, este tipo de experiencia se volvió recurrente.

Se volvieron más y más frecuentes. Durante un tiempo, fue una especie de guerra entre una experiencia fenomenal con una avalancha de memoria y mi intelecto súper inteligente. El intelecto luchaba; no se rendía.

Lo único que mi mente podía decirme es que estaba perdiendo el equilibrio. Pero la experiencia era tan hermosa que no quería perderla.

Era absolutamente fantástica, pero al mismo tiempo, en algún lugar estaba pensando que esto podría ser una especie de locura porque era demasiado bueno para ser real.

Las preguntas sobre la muerte ni siquiera entraron en escena porque la vida estaba ocurriendo en tales proporciones. Pero esta experiencia me hizo darme cuenta de que la gente no muere. Pueden haber

desaparecido de tu percepción, pero no mueren. Viven. Estaba inundado de vidas de recuerdos y experiencias que me hicieron darme cuenta de que las últimas pocas vidas para mí habían sido sobre el mismo trabajo, en el mismo lugar y hasta cierto punto con las mismas personas. ¡Es este entendimiento de la vida (y la muerte) lo que ha moldeado mi vida desde entonces. De alguna manera, la muerte es una ficción creada por personas ignorantes. La muerte es la creación de los inconscientes, porque si eres consciente, es vida, vida y solo vida, moviéndose de una dimensión de la existencia a otra.

¿Es la Muerte una Calamidad?

La gente piensa que la muerte es una tragedia. No lo es. La gente que vive toda su vida sin experimentar la vida es una tragedia. Si mueres, realmente no hay tragedia. Ese es el fin de cualquier problema que estés experimentando en la vida. Pero si estás vivo y no experimentas la vida en su totalidad, eso es una verdadera tragedia. Esto se expresa muy bellamente en un verso en sánscrito. Dice: *Jananam Sukhadam Maranam Karunam* '. 'Jananam' significa nacimiento o vida. Dice que la vida es un placer o alegría. Esto es así. Si aprendes a manejar tu cuerpo y mente correctamente, tu experiencia de la vida será un placer o una alegría.

Pero 'maranam', o muerte, es 'karunam', o compasión. La muerte es compasión porque te alivia.

Ahora mismo, la gente tiene una orientación distorsionada de la vida. No quieren morir. No se dan cuenta de que si alguna vez fueran condenados a ser inmortales, o si la muerte les fuera arrebatada, sería lo peor que les podría pasar. Sin importar cuán hermosa se vuelva tu vida, si la muerte llega en el momento adecuado, eres muy afortunado. Si llega tarde, si la vida se alarga más allá de cierto punto, eso será el peor tipo de sufrimiento. Entonces descubrirás que cuando llegue la muerte, será un gran alivio. La vida necesita una cierta cantidad de tensión para seguir adelante, pero en la muerte, hay relajación. De hecho, la muerte es la mayor relajación.

Sin embargo, si también conoces la relajación de la muerte mientras estás vivo, entonces la vida se convierte en un proceso completamente sin esfuerzo.

Si miramos la vida y la muerte como un suceso en términos de tu experiencia, tu inhalación es vida y tu exhalación es muerte. Puedes experimentar esto: toma una gran inhalación y observa cómo están tu cuerpo y tu mente. Ahora haz una gran exhalación y observa cómo

están tu cuerpo y tu mente. ¿Cuál encuentras más relajante? De hecho, siempre que se acumula tensión en ti, el mecanismo natural del cuerpo quiere exhalar.

Esto es lo que llamas un suspiro. Te relaja un poco. La vida necesita una cierta tensión. De lo contrario, no puede seguir adelante. La muerte es la relajación total.

Así es como sería naturalmente si tu mente no hubiera desterrado la muerte como algo malo.

Si tus tradiciones y culturas no te hubieran enseñado que la muerte es mala o una calamidad que debe evitarse, créeme, respirarías de una manera completamente diferente. Si observas a las personas a tu alrededor ahora mismo, verás que para casi el 99 por ciento de las personas, su exhalación nunca es completa. Su mente ha rechazado la muerte, por lo que su exhalación no ocurre totalmente. Inhalan, pero la exhalación no ocurre totalmente. Esta es una de las razones por las que, con el tiempo, acumulas tanta tensión en el sistema que está alcanzando un punto de ruptura, tanto mental como fisiológicamente.

La mayor calamidad de la mente humana es que está en contra de la muerte. En el momento en que rechazas la muerte, también rechazas la vida. Piensas que la vida es correcta y la muerte es incorrecta. No es así. La vida es lo que es solo porque la muerte es. Un

río siempre ocurre entre dos orillas. Pero estás parado en la orilla derecha y dices, 'No me gusta la orilla izquierda, debería desaparecer.' Si la orilla izquierda desaparece, el río también desaparecerá, la orilla derecha también desaparecerá. Si la orilla derecha tiene que estar allí, la orilla izquierda también tiene que estar allí. Es como, ¿podría haber luz sin oscuridad? Alguien que no abraza la muerte no conocerá la vida en absoluto. Si te sientas aquí diciendo, 'No quiero morir, no quiero morir, no quiero morir,' todo lo que sucederá es que no vivirás. De todas maneras morirás, pero al negar la muerte, tampoco vivirás bien hasta entonces. Si tienes miedo de la muerte, solo evitarás la vida; no puedes evitar la muerte.

Incluso ahora, en algunas culturas, la muerte se considera algo que debe celebrarse, no lamentarse. Después de todo, desde algún lugar fuiste liberado en este planeta dentro de este espacio atmosférico. Dentro de eso, por mucho espacio que ocupes, sigue siendo una pequeña prisión. Pero la muerte es una posibilidad infinita. Entonces debe haber mucho más gozo, mucho más sentido de emoción sobre esto que sobre el nacimiento. Para alguien que es consciente de esta

posibilidad, no existe tal cosa como la vida y la muerte. La vida es muerte, y la muerte es vida; no son diferentes.

La muerte es, de hecho, la vida en una forma muy intensa. Las personas que han experimentado momentos de gran peligro en su vida lo saben claramente. Una vez ocurrió: dos ancianos se encontraron en un pequeño pueblo de Indiana, EE. UU., en un bar local. Y ambos estaban sentados malhumorados en dos mesas diferentes, bebiendo. Luego, uno de ellos miró al otro y vio una marca de nacimiento en la sien de la otra persona. Así que se acercó y le dijo, 'Hey, ¿eres tú, Joshua?' 'Sí, ¿quién eres tú?' '¿No me reconoces? Soy Mark. Estuvimos juntos en la guerra.' Él dijo, '¡Oh Dios mío!'

y de repente se iluminaron. Estuvieron juntos en la Segunda Guerra Mundial y habían pasado cincuenta años desde entonces.

Así que se sentaron en una mesa y comenzaron a beber, hablar y comer.

Habían visto unos cuarenta minutos de acción en esas traicioneras trincheras de la Segunda Guerra Mundial en Europa. Cuarenta minutos de bombardeo. Hablaron sobre esos cuarenta minutos de tantas maneras vívidas durante más de dos horas.

Después de terminar con toda esta charla, uno de ellos le preguntó al otro, '¿Qué has estado haciendo desde entonces?' Él dijo, 'Ah, he sido solo un vendedor.' Cuarenta minutos de guerra, hablaron durante dos horas con gran

emoción, pero cincuenta años de vida después de eso se resumieron simplemente en, '¡He sido solo un vendedor!' Así es como sucede.

Los momentos de peligro son momentos en los que experimentas tanto la vida como la muerte al mismo tiempo. Estos son los momentos en los que te das cuenta de que la vida y la muerte están aquí al mismo tiempo. No son dos cosas separadas. Están una dentro de la otra. La vida está toda empaquetada así. La Creación y el Creador, la vida y la muerte, están todos empaquetados uno dentro del otro. Se necesita atención, mucha atención, para verlo. De lo contrario, uno vive en la superficie, medio vivo. Si no conoces la vida y la muerte al mismo tiempo, solo conocerás la mitad de la vida. Estar medio vivo es siempre una tortura.

Si quieres vivir una vida plena, debes mirar tu naturaleza mortal todos los días, no solo cuando superas cierta edad. Cada día de tu vida, necesitas ser consciente de que eres mortal. No es que quiera morir

hoy, pero si lo hago, está bien conmigo.

Haré todo para protegerme, para cuidarme, pero si tengo que morir hoy, está bien conmigo. Solo entonces puedo salir y vivir. De lo contrario, no puedo vivir.

Deja de Invitar la Muerte

Si evitar la muerte es evitar la vida, esquivar la vida es invitar a la muerte. Para la mayoría de las personas, si la vida se vuelve desagradable o pesada, entonces, consciente o inconscientemente, comienzan a esquivar la vida. Una vez que empiezas a esquivar la vida, invariablemente estás invitando a la muerte. No hay mejor método en el mundo para esquivar la vida que invitar a la muerte. Ya sea que lo hagas conscientemente o inconscientemente. Una gran contribución a las múltiples y complejas dolencias que ves en el planeta en estos días es que la gente está tratando de esquivar la vida y, en el proceso, está invitando a la muerte. El cuerpo solo está cooperando con esto. El cuerpo solo está cumpliendo tu deseo de invitar a la muerte. ¡Pide, y sucederá!

Las personas están tratando de evitar la vida porque piensan que es insegura. Debes saber que el único lugar seguro en el planeta es tu tumba. Nada sucede allí. No hay seguridad en la vida misma. Como dije antes, mañana por la mañana podrías estar muerto, sin importar cuánta seguridad crees para ti mismo. No te estoy deseando esto, pero no importa cuán

saludable estés, cuán bien estés ahora mismo, mañana podrías estar muerto.

Es una posibilidad real. Así que no existe tal cosa como seguridad en esta vida.

En el momento en que empiezas a buscar seguridad, naturalmente, te vuelves orientado hacia la muerte. Inconscientemente, buscarás la muerte.

En la India, es una tradición que siempre que veas a un sabio o un santo, no debes perder la oportunidad de recibir sus bendiciones. Muchas veces, la gente viene a mí y dice: ‘Sadhguru, por favor bendíceme para que no me suceda nada’. Realmente, ¿qué clase de bendición es esa? Mi bendición es que te suceda todo. Que te suceda todo lo que es la vida. ¿Has venido aquí para evitar la vida o para experimentar la vida? Si quieres evitar la vida, tengo una mejor tecnología que Inner Engineering.

Si quieres evitar la vida, todo lo que necesitas son 2 metros de cuerda para colgarte del techo. ¡Y no es caro! Estoy hablando de eficiencia; cuando estás vivo, intentar evitar la vida es muy negativo. Nuestra vitalidad es un suceso muy breve, pero estaremos muertos por mucho tiempo. Así que quitarse la vida no es realmente una opción. Esto sucede al confundir el drama psicológico con la vida existencial.

En el momento en que piensas en seguridad, estás ayudando a la muerte.

Quiero que sepas: la muerte no necesita tu ayuda. La muerte es súper eficiente. Por otro lado, la vida necesita tu ayuda. Si te das cuenta, hagas lo que hagas con la vida, por mucho que hagas con la vida, siempre hay algo más que puedes hacer con ella. La vida necesita toda tu atención y esfuerzos. La muerte no necesita tu apoyo. De todas maneras sucederá y sucederá con absoluta eficiencia. Aquí no hay fracaso, ya que todo pasará.

La gente piensa que nada nuevo debería sucederles, pero quieren una vida emocionante. ¿Cómo es esto posible? Estás creando una situación en la que no puedes ganar. ¿Qué es lo peor que te puede pasar? En el peor de los casos, morirás. No hay nada más que te pueda pasar. Y lo que sea que suceda en tu vida, no viniste aquí con una inversión. Viniste con las manos vacías. No puedes perder en esta vida. ¡Mira qué maravilloso es! Pase lo que pase, aún estás del lado de las ganancias, entonces, ¿de qué te quejas?

Esto sucedió hace unos diez años. En ese momento, el mercado de valores en la India estaba bajando. Algunas personas en Mumbai trajeron a un hombre a verme.

Parece que inicialmente valía unos 250 millones de rupias. Luego sufrió una caída en el mercado de valores. En aproximadamente ocho meses, solo valía unos 30 millones de rupias. Ahora el hombre estaba destrozado, deprimido y queriendo suicidarse porque solo tenía 30 millones de rupias. Estaba en un estado malo, así que querían que lo ayudara. Pensé que esto era gracioso porque, para muchos indios, 30 millones de rupias es más que el cielo. Si les das una opción entre el cielo y 30 millones de rupias, elegirán los 30 millones.

¡Pero este hombre está deprimido y quiere suicidarse porque solo tiene 30 millones de rupias! Esto no se trata solo de él; ¡te lo estás haciendo a ti mismo todo el tiempo!

Deja que te sucedan cosas nuevas. Si creas este tipo de situación en la

que nada debería sucederte, te volverás estancado. El estancamiento es muerte. Si la vida no avanza, si no surgen nuevas posibilidades dentro de ti, estás muerto en vida. Esta es la razón por la que, incluso cuando nada ha salido mal en la vida de las personas, puedes ver tantas caras largas en la calle. Para la mayoría de ellos, la vida ha resultado mucho mejor de lo que jamás imaginaron. Materialmente, todos estamos viviendo mucho mejor que nuestros padres y abuelos. Pero aún así, hay estas caras largas en la calle. Esto no está sucediendo porque algo haya salido mal. Esto se debe al estancamiento. No puedes vivir con el estancamiento porque eso es como vivir la muerte.

Ser 'muerte en vida' es una experiencia fantástica, pero estar como muerto cuando estás vivo es horriblemente doloroso. Si estás vivo, es maravilloso. Si estás muerto, no nos preocupamos por ti. Hay demasiadas personas muertas caminando, y por eso hay tanta miseria en el planeta. Todos eran brillantes y vivos en algún momento; ahora, lentamente, están medio en la tumba. Sí, con el tiempo el cuerpo físico se deteriorará. Por eso, si solo los procesos psicológicos y fisiológicos están en tu experiencia, es natural que con el paso del tiempo te deteriorarás. Solo si la energía vital fundamental está en tu experiencia, si se hacen las cosas correctas sobre el proceso de vida, no te deteriorarás con la edad y, en cambio, te enriquecerás enormemente.

Así que es solo la vida la que debe ser constantemente impulsada. No hay necesidad de invitar o practicar la muerte, porque la muerte no necesita tu apoyo.

C A P Í T U L O 2

El Proceso de la Muerte

Lo que llamas vida, en este momento, es como burbujas de jabón que se están soplando. Todo el proceso Yóguico o el proceso espiritual es hacer que esta burbuja se vuelva delgada, para que un día cuando estalle, no quede absolutamente nada y se mueva del yugo de la existencia a la libertad de la no existencia, o Nirvana.

Qué Nos Hace Funcionar

Si quieres entender fundamentalmente cómo funcionan la vida y la muerte, necesitas entender cómo funciona la Creación y el papel que juegan las diversas memorias presentes en la Creación. Cuando digo memoria, no es solo lo que recuerdas. La memoria va mucho más allá

en sus muchas capas. Según el sistema Yóguico, la memoria es básicamente una acumulación de impresiones. Además, hay fundamentalmente ocho tipos de estas memorias en la Creación. La más fundamental de estas memorias es *Memoria Elemental.* Según el sistema Yóguico, el primer paso de lo no manifiesto a lo manifiesto es la formación de *Pancha Bhootas*, o los cinco elementos. Estos elementos son: *prithvi* (tierra), *jal* (agua),

agni (fuego), *vayu* (aire) y *aakash* (éter). Los nombres representan una

cualidad particular y no la sustancia en sí misma. Estos elementos fundamentales tienen diferentes características y se manifiestan en todos los aspectos de la Creación y son la base más fundamental de toda la Creación.

De estos, la Memoria Elemental es la memoria que decide cómo estos cinco elementos interactúan y se desarrollan en la vida. La siguiente capa de la Creación es la sustancia material de la que está hecho el Universo.

Las reglas de cómo se desarrollan están contenidas en lo que podemos llamar *Memoria Atómica.* Hoy en día, a cada niño se le enseña la teoría atómica en la escuela. La palabra 'átomo' proviene del griego *atomos*, que significa indivisible. Cuando la ciencia moderna descubrió el átomo, se creía que los átomos eran indivisibles y los bloques de construcción más fundamentales del Universo.

Hoy en día, por supuesto, sabemos que no es así. Desde entonces, se han descubierto más de dos docenas de partículas subatómicas y es posible que haya más. La Memoria Atómica se relaciona con cómo se forman las partículas subatómicas, los átomos y, a su vez, las moléculas de diversas sustancias físicas y cómo se comportan. La Memoria Elemental y la Memoria Atómica juntas constituyen lo que se puede llamar *Memoria Inanimada.* Esta memoria gobierna el aspecto inanimado de la vida.

Los otros tipos de memoria se relacionan con la vida animada y pueden llamarse *Memoria Animada.*

De estas, la capa más fundamental de la memoria es la *Memoria Evolutiva*, que se relaciona con cómo ha ocurrido la evolución de la vida. Esto es instrumental para que tengas dos ojos, dos manos, tomes la forma de un ser humano y no de otra criatura, y así sucesivamente. Sobre esta capa está la *Memoria Genética*, que proviene del material genético transmitido por tus padres que te hace el ser humano único

que eres entre todos los demás humanos. Esta memoria decide el color de tu piel, la forma de tu nariz y otras cosas similares. La siguiente capa de memoria es la *Memoria Kármica*, que es una acumulación de todas las impresiones que has recogido, no solo desde el nacimiento, sino a lo largo de tus vidas anteriores y el proceso de evolución. Esto se desarrollará en tu vida de muchas maneras más allá de la comprensión de uno.

Las siguientes tres capas de memoria son impresiones o acumulaciones relacionadas con tu mente o el cuerpo mental. Hay un gran cuerpo de memoria del que no eres consciente en absoluto, que podemos llamar *Memoria Inconsciente*. Luego hay otro cuerpo de memoria que está justo debajo de la *Memoria Consciente* que podemos llamar *Memoria Subconsciente.*

Y, finalmente, está la Memoria Consciente en sí, que puedes recordar y articular. Todos estos ocho tipos de memoria se desarrollarán en tu vida diaria según las impresiones acumuladas y las situaciones a las que te enfrentas. En términos generales, estas son las capas de memorias que te hacen la vida que eres.

Ahora, hay muchas maneras de ver la naturaleza esencial de la vida. Una de ellas es que hay dos semillas que componen nuestras vidas. Una es la semilla plantada por nuestros padres, que nos dio un cuerpo, y la otra es la semilla plantada por el Creador, que nos dio la vida interior. Estas son dos tipos diferentes de semillas o, en otras palabras, dos dimensiones diferentes de

la Naturaleza. La primera está programada para la certeza, mientras que la segunda está programada para la posibilidad. El cuerpo es físico y hay una sensación de certeza en su existencia. La vida que eres más allá de lo físico es un debate para la mayoría de las personas; la mayoría está insegura sobre la naturaleza de su existencia.

La semilla de la fisicalidad que fue transmitida por nuestros padres tiene un conjunto de reglas, rasgos y compulsiones propias. Este aspecto de la Naturaleza solo intenta sobrevivir. El proceso de supervivencia incluye la procreación. Siempre trata de evitar todo lo que amenaza su supervivencia. Ahora, nuestros padres nos dieron solo una semilla y esa se convirtió en el cuerpo. Pero lo que la Fuente de la Creación nos dio no fue una semilla en ese sentido. Se dio a sí misma.

Esta es la razón por la cual todas las posibilidades que la Fuente de la Creación tiene están encapsuladas en nosotros. Si esa posibilidad se realiza o no en una vida individual es cuestionable, pero la posibilidad

siempre está ahí.

Con estas dos semillas, cuando nace un ser humano, se establece un cierto software dentro. Este software es una combinación de tiempo, energía y la información que él o ella lleva consigo desde vidas anteriores. Estos tres juntos determinarán varios aspectos de la vida de uno. Dependiendo de la información que se lleva, se asigna energía para diferentes aspectos de la vida, lo que veremos en un momento. En la India, esta información que se lleva adelante se conoce como karma. De toda la memoria o todo el karma que uno tiene, la Memoria Evolutiva solo es significativa para la estructura de quién es uno. Dejémosla de lado. Pero si toda la Memoria Genética y las Memorias Kármica, Inconsciente y Subconsciente que tienes inundan tu Memoria Consciente en este momento, no podrías manejarlo. Se volvería demasiado abrumador. Así que de toda esta carga, la Naturaleza tiene una manera de asignar una porción para que manejes o desgastes en este nacimiento en forma de diferentes tipos de actividad.

Tradicionalmente, en la cultura india, el conjunto completo de Memoria Kármica que una persona tiene se llama *Sanchita Karma.* Puedes decir que Sanchita Karma es todo el almacén de karma que una persona lleva. De este conjunto, se asigna una cierta porción para ser manejada en una vida particular. Esto se conoce como *Prarabdha Karma*, o el karma que se asigna para esa vida, que tiene una urgencia extra y expresa un poco más

de compulsión que el resto del conjunto. Esta es la forma en que la Naturaleza maneja algo que es extremadamente complejo en pasos simples e intermedios. Así que, al nacer, el Prarabdha Karma crea una orientación y el Sanchita Karma crea una tendencia inconsciente hacia varias cosas. Sin embargo, cuánto karma realizas diariamente y con cuánta conciencia te libera de tu Prarabdha Karma y Sanchita Karma o los incrementa. En resumen, estos factores son los que determinan cómo y por cuánto tiempo vivirá una persona.

En el curso natural de la vida, incluso si uno vive simplemente en la inconsciencia, el Prarabdha Karma de alguna manera se resolverá. Con un poco de sufrimiento aquí y un poco de bienestar allá, un poco de dolor aquí y un poco de placer allá, uno resolverá su Prarabdha Karma. Solo necesitan aprender a no crear nuevo karma en esta vida, eso es todo. Así que la próxima vez que se asigne otro conjunto de Prarabdha Karma, eso también se resolverá. Esto se repetirá vida tras vida. Ahora, el Prarabdha Karma no determina en sí mismo la situación externa, pero definitivamente organiza muchas cosas en el exterior porque tus arreglos internos siempre encuentran expresión en

las situaciones externas. Así que en la India, siempre que uno veía a alguien sufriendo, decían, *Aiyyo*, prarabdha! Solía ser un estribillo común porque el sufrimiento proviene principalmente del interior. En la mayoría de los casos, el sufrimiento es una consecuencia de *cómo* uno lleva su memoria y no necesariamente el contenido. De ahí la necesidad de arreglar el *contexto* de la vida de uno a través de procesos espirituales y no tanto el contenido.

Si quieres ver cómo diferentes personas vienen con diferentes bagajes kármicos, debes observar a los bebés. Cuánto movimiento de manos y piernas hace un niño es muy diferente de cuánto hace otro niño de la misma edad. Esto no se debe a las diferencias en los padres. De hecho, cuánto patea un bebé en el vientre de una madre es muy diferente de cuánto patea otro bebé de la misma madre.

Por lo general, tiene muy poco que ver con los padres. De hecho, si observas, muchos padres perezosos sufren de tener hijos súper activos. Esto no se debe a las actitudes y limitaciones psicológicas de los niños tampoco. Eso se desarrolla después. Esto se debe a que cada 'ser' viene con un cierto nivel de energía asignado a la actividad al nacer.

Ahora, incluso dentro de la asignación de energía a cada persona al nacer, esta se divide aún más en varios aspectos. Digamos, según tu estructura kármica, naciste con 1000 unidades de energía. De estas, 250 unidades pueden estar asignadas para actividad física, y dentro de eso 100

unidades para actividad involuntaria y 150 unidades para actividad voluntaria externa. Del resto, 300 unidades podrían ser para actividad mental y otras 200 para actividad emocional, y así sucesivamente. Esta asignación dependerá del tipo de software que tengas. Por eso verás que cada individuo tiene un cierto nivel de energía para diferentes aspectos de la vida. En los niños que aún no han pasado por mucha influencia, esto es muy claramente visible. También se puede ver en los adultos, pero en los adultos, esto también podría atribuirse a muchas influencias en la vida de uno.

Ahora, la forma en que las energías asignadas se gastan dentro de ti tiene serias implicaciones en tu vida y muerte. En el mundo actual, debido al impacto de la tecnología, la energía asignada a la actividad física se usa en su mayoría muy poco en las personas. Si estuvieras en este planeta hace 200 años, el nivel de actividad física que realizarías naturalmente para cumplir con tus necesidades diarias sería al menos veinte veces mayor de lo que es ahora. En la aldea tribal cerca del Centro de Yoga Isha, nadie tiene trastornos del sueño. Hacen tanta

actividad física que, para cuando se van a la cama, están listos para morir. Si simplemente ponen la cabeza en la almohada, se quedarán dormidos.

Si viajas por las carreteras de la India, es común ver a trabajadores viajando encima de camiones cargados. Habrían cargado algunas piedras o ladrillos u otro material en el vehículo y también estarían viajando en él para descargar en el destino. Por lo general, los verás profundamente dormidos, acostados sobre ladrillos o piedras u otro material tosco en el camión en movimiento, incluso bajo el sol caliente. Esto se debe a que el nivel de su actividad física es tal que han utilizado toda su energía asignada.

Ahora, si los inicias en la meditación, meditarán fácilmente. Verás que son las personas educadas las que no pueden dormir o meditar o sentarse en un lugar porque no están usando su energía física asignada.

Cuando no la usan, no pueden quedarse en un lugar. En este momento, ves un gran aumento en actividades como el senderismo, el ciclismo, correr, etc. Esto no es solo por la aptitud física. La mayoría se da cuenta de que, al estar en una actividad demandante, duermen, piensan y actúan mejor. Su entusiasmo y energía para las relaciones y el trabajo se incrementan. De alguna manera, en su conciencia, han logrado dejar de lado sus preocupaciones sobre el cuerpo.

Por eso, una vez que estás en el camino espiritual, queremos que agotes tu energía asignada para la actividad física muy rápidamente. Digamos, tienes 500 unidades de energía asignadas para tu actividad física. Queremos terminar con ellas en diez años para que después de eso, si te sientas, el cuerpo simplemente se sentará. No tendrá necesidad de moverse. Sin ningún impulso físico para moverse, simplemente se asentará. La mayoría de las personas no pueden meditar sin suficiente actividad física. Así que, cuando asignamos trabajo a las personas en el Centro de Yoga Isha, lo hacemos con mucho cuidado. Algunas personas trabajan cuatro horas al día, algunas seis horas al día, algunas diez horas al día, algunas catorce horas al día, mientras que hay algunas que trabajan dieciocho a veinte horas al día. La idea es gastar su energía física.

Sin embaro, si estás a tiempo completo en el camino espiritual, si eres un *brahmachari*, no solo queremos que vacíes tu Prarabdha Karma, queremos que gastes también el Sanchita Karma, o todo el almacén. La idea de estar en el camino espiritual es poner la vida en avance rápido. No queremos que tomes diez vidas para manejar este almacén

de memoria. Queremos que lo termines ahora. Así que tratamos de abrir otras dimensiones de memoria en ti. La razón por la que siempre se trajo tanta disciplina a las prácticas yóguicas es que, incluso cuando surgen cosas que de otro modo te abrumarían, deberías poder manejarlas. Si abres cosas para las que no estás listo, el karma puede simplemente sofocarte por completo.

Una vez que estás a tiempo completo en el camino espiritual, te damos sadhana para manejar esto. Ahora, estás dispuesto a caminar hacia los problemas. Ya no estás esquivando problemas. Las personas quieren evitar todo lo que es desagradable en su vida porque no pueden manejarlo. Solo una vez que sabemos que puedes manejar tu Prarabdha Karma bien, entonces podemos abrir todo el almacén de memoria. Esta es también la razón por la cual, cuando una persona sigue el camino espiritual, si no maneja la situación correctamente, sufrirá mucho más que otras personas. Mientras otros manejan solo lo que se les asigna, esta persona intenta asumir todo el almacén.

Algunas personas que están en el Centro de Yoga han pasado por estas fases: cuando llegaron, les dimos mucha actividad. Pasaron por eso durante un cierto período y luego se desplomaron. No pudieron hacer nada por un tiempo. Pensaron que estaban físicamente enfermos. Fueron a varios médicos, aunque les dije, 'No vayan a ningún médico, solo relájense por un tiempo. Algo más sucederá.' Y después de un tiempo, una vez más fueron arrastrados por la actividad porque les abrimos otra habitación en el almacén. Lo que deberían haber hecho en su próxima vida, lo hacen ahora. En realidad, hay muchos más aspectos en esto—lo estoy simplificando demasiado. El objetivo principal es que queremos que lo terminen todo ahora.

Esta es también la razón por la cual muchos sistemas espirituales en el Este siempre tuvieron gramática y matemáticas adjuntas a ellos. Los yoguis quieren desarrollar su cuerpo y su mente porque si nacen de nuevo, no quieren nacer con pequeñas cantidades de Prarabdha Karma y seguir por muchas vidas. No quieren posponerlo; quieren avanzar todo rápidamente. Quieren mejorar sus capacidades mentales, para que esta vez, incluso si no pudieron terminarlo, porque se fueron con muy grandes capacidades físicas y mentales, cuando vuelvan la próxima vez, obtendrán un software más grande. Obtendrán más Prarabdha Karma. Así que junto con el proceso espiritual, las personas tomaron gramática, música, astronomía y matemáticas, porque quieren usar su inteligencia en todas las formas.

Ahora, junto con la memoria y la energía, hay una tercera dimensión —

el tiempo—que determina la duración y la naturaleza de la vida y la muerte.

Tanto la vida como la muerte ocurren dentro del ámbito del tiempo. El tiempo avanza todo el tiempo. No puedes ni ralentizarlo ni acelerarlo. Puedes conservar tu energía, puedes dispersarla, puedes desarrollarla, puedes hacerla fenomenalmente grande o insípida, pero el tiempo, simplemente sigue deslizándose. Tiene su propia inteligencia y fluye de acuerdo con ciertos parámetros de información kármica y la asignación de energía que está disponible en el sistema de uno. Entonces, ¿no podemos hacer nada al respecto? Podemos, pero esa es una dimensión mucho más esquiva de la vida que las otras dos. Las otras dos son mucho más fáciles de manejar y manifestar en la vida de uno. Generar energía y usarla como quieres, no permitir que tus tendencias determinen la

naturaleza de tu pensamiento, emoción y actividad es mucho más fácil que hacerse cargo del tiempo. Incluso Adiyogi 2 se hizo cargo del tiempo solo cuando estaba en ciertos estados. Cuando estaba en tales estados donde tomaba el control del tiempo, nos referimos a él como Kalabhairava. 3

Quien tiene dominio sobre su propia información, o dominio sobre las tendencias causadas por la información, tiene dominio sobre la calidad de su vida. Él o ella puede determinar si el yo se vuelve agradable o desagradable. Quien tiene dominio sobre sus energías determinará la naturaleza de su actividad y cómo vive. Tienen absoluto dominio sobre su vida, pero no sobre su muerte. Pero quien tiene dominio sobre el tiempo determinará la naturaleza de su vida y muerte. Pueden determinar si quieren vivir o morir. Así es como las tres dimensiones que constituyen tu vida están conectadas con tu muerte.

Una burbuja de vida y muerte

Las personas piensan en términos de vida y muerte como una situación binaria. Estás vivo o muerto. Estás caminando y hablando o estás muerto y desaparecido. Esta es una forma muy superficial y simplista de entender la vida y la muerte. De hecho, es incorrecta.

Generalmente, la percepción humana de la vida siempre ha sido que algo debe sangrar, de lo contrario no está vivo. Ya no más. Lentamente, a medida que la ciencia avanza, nuestra percepción de lo que está vivo y lo que no está cambiando. Ahora sabemos que no solo las plantas y los animales, sino incluso las rocas y el suelo están vivos.

El aire está vivo, el agua está viva, el suelo sobre el que caminas está vivo y el mismo espacio cósmico está vivo. Hoy en día, la ciencia proclama que el agua tiene su propia memoria e inteligencia. Algún día, cuando la ciencia avance lo suficiente, descubrirán que no hay nada en el Cosmos que no esté vivo. La pregunta importante es, ¿estás lo suficientemente vivo para percibirlo?

Para mí, incluso una roca está muy viva. Tiene su propia energía y veo que acumula su propia memoria con el tiempo. Vive con ella. Es solo con base en esto que se consagra un Dhyanalinga 4. Es solo con base en esto que existe cada deidad en la India. Si le damos a esta combinación de energía y memoria una cierta cantidad de vibración de energía, lentamente adquirirá una

inteligencia propia. Una vez que tiene una combinación de estos tres elementos, puede tener intención. Una vez que tiene intención y la energía necesaria para respaldarla, es capaz de acción. Así es como es la vida.

En este momento, nuestra idea de la muerte es así: cuando las personas dicen que algo ha muerto, solo significa que algo ha pasado de una forma dinámica a una forma más inerte de existencia. Reconocemos la vida como un cierto nivel de dinamismo, intención y capacidad de acción en un ser humano. Si este dinamismo cae por debajo de cierto nivel, entonces decimos que están muertos porque, según nuestra percepción y nuestros propósitos prácticos, las cosas que esperamos de un ser humano ya no son posibles para ellos. Puede que se pudran, se conviertan en gusanos, se conviertan en abono y luego en un mango o un coco. Todos ellos son vida, pero aún así no los consideramos vivos porque no pueden encontrar la expresión que esperamos de un ser humano.

Esencialmente, hay una escala de dinamismo de cero a infinito.

(En realidad, no hay cero, ¡ese es todo el problema!) Digamos, Shiva

—eso que no es—es cero, y lo que consideramos como Divino es el nivel más alto de dinamismo. Hay muchos niveles de dinamismo incluso entre los seres humanos. Por ejemplo, digamos que alguien tiene la enfermedad de Alzheimer. No recuerdan nada, pero esto no significa que no haya memoria en ellos. Está muy presente, pero el dinamismo de la memoria se ha ido. Se ha vuelto inerte. Pero si la memoria desaparece por completo, tu cuerpo también se desmoronará de inmediato porque lo que llamas ‘este cuerpo’ se mantiene unido solo por la memoria.

En este momento, si un hombre come un mango, se convierte en un hombre. Si una mujer come un mango, el mismo mango se convierte en mujer. Si le das el mismo mango a una vaca, entra en una vaca y se convierte en vaca. ¿Es esta la inteligencia del mango? No. Hay una estructura de memoria tan fuerte en ti que, sea lo que sea que pongas dentro, la memoria se asegurará de que se convierta en ti, no en otra persona. Por eso, si comes un mango, una parte de él se convierte en tu piel en el mismo tono de piel que el tuyo; no se vuelve amarillo porque el mango que comiste era amarillo.

Además, biológicamente también, se necesita un cierto nivel de dinamismo de la memoria para unir todos los órganos, células y átomos a nuestra intención de vivir. En este momento, tienes trillones de células en tu cuerpo que están

funcionando de la manera que deseas porque hay una fuerte intención que las mantiene unidas. Pero si pierdes esta intención, que es tu capacidad para hacer que todos estos átomos y células funcionen de la manera que deseas, decimos que has muerto. La descomposición del cuerpo comienza a ocurrir. El organismo pasa por una cierta desorganización, pero se convierte en parte de un organismo más grande del planeta, Universo o Cosmos. A medida que un organismo envejece, pierde su intención. Si pierdes tu intención, entonces, gradualmente, la acción se va primero, luego tu memoria consciente comenzará a retirarse y junto con ella seguirán tus energías.

El aire está vivo, una roca está viva, un árbol está vivo, un animal está vivo, un pájaro está vivo y un ser humano también está vivo. Es solo que tienen diferentes niveles de intención, diferentes niveles de inteligencia y, sobre todo, diferentes dimensiones de memoria. 5 Eso es todo. El volumen de Memoria Consciente que eres capaz de tener determina tu capacidad de intención. Desde una ameba hasta un ser humano, es solo una cuestión de complejidad. Cada criatura tiene intención, pero en su mayoría es intención inconsciente. Solo en el ser humano hay intención consciente. Eso es lo que nos distingue. En este momento, mi intención inconsciente puede ser que quiero comer. Pero mi intención consciente es escribir este libro, lo cual ninguna otra criatura realmente piensa. Para ellos, cualquiera que sea su intención inconsciente es también en gran parte su intención.

Tal vez los perros y algunos otros animales sean capaces de tener una intención consciente de una manera pequeña, pero, más allá de eso, todo es intención inconsciente. Pero si un ser humano está dispuesto, podemos desarrollar una gran intención consciente a partir de los bancos de memoria que tenemos en varios niveles porque hay una

base tan grande para esta vida.

Si quieres una analogía, considera esto: de alguna manera, lo que refieres como vida, en este momento, es como burbujas de jabón siendo sopladas. Una roca, una planta y un ser humano son como burbujas de jabón de diferentes tipos. La capa de cobertura de la burbuja de jabón es la amalgama compleja de la memoria—

varios tipos de memoria. En ese sentido, los nueve avatares 6 de los que hablan en la tradición hindú son solo diferentes niveles de Memoria Evolutiva, Genética, Kármica, Inconsciente, Subconsciente y Consciente.

La diferencia entre una 'burbuja humana' 7 y una 'burbuja de roca' es solo esta: una burbuja de roca es mayormente física, con una cubierta más gruesa y menos aire dentro, porque todo lo que hay es materia física. Es solo su integridad física debido a la Memoria Inanimada la que la mantiene unida, no tanto una red consciente. Puedes romperla con un martillo y desaparecerá. Pero si rompes una burbuja humana con un martillo, solo se romperá el cuerpo.

La red de Memoria Kármica contenida en el interior es tal que siempre encontrará otra manera de crear otra burbuja o forma física. Todo el proceso Yóguico o todo el proceso espiritual es hacer esta burbuja tan delgada que un día, cuando estalle, no quede absolutamente nada. Entonces se mueve de la esclavitud de la existencia a la libertad de la no-existencia, o *Nirvana*.

Lo que estoy diciendo podría decepcionar a muchas personas porque lo que les estoy diciendo, en otras palabras, es que no existe tal cosa como una vida encapsulada. Todo este asunto sobre el alma, el 'ser' y otras cosas elegantes están hechas para dar consuelo a las personas. Si les dices que no hay sustancia dentro de ellos como eso, se aterrorizarán. Entonces, ¿qué pasa con la persona o la personalidad? Tampoco existe tal cosa como 'esta persona'. Es solo una red de memoria que crea una ilusión de 'esta persona'. Es por eso que cuando la memoria de una persona se elimina o se desplaza de alguna manera, como en la enfermedad de Alzheimer o algo similar, su personalidad es lo primero que muere. De repente, ya no son la misma persona. Pero aún así tienen sus propios rasgos. Es como un escorpión que tiene rasgos muy diferentes a los de un saltamontes.

De manera similar, las personas que han perdido la memoria tendrán diferentes rasgos pero ninguna personalidad. Si las Memorias Consciente, Subconsciente e Inconsciente desaparecen, si están

deslocalizadas o tal vez borradas, la Memoria Genética entrará en juego. Si la Memoria Genética se borra, entonces la Memoria Evolutiva entrará en acción. Aun así, la vida no se ha ido completamente porque no se ha disuelto por completo.

Si sacas la memoria por completo, si desconectas el enchufe, colapsa completamente y entonces la burbuja no puede contener el aire. Aquí, lo que refieres como aire es la energía vital fundamental. Puedes llamarlo conciencia. La conciencia es una cualidad, no una sustancia. Es la naturaleza del Cosmos. Simplemente soplaste una burbuja y atrapaste una cantidad de ella. Lo que estamos tratando de hacer con la vida consciente o con el sadhana es atrapar la mayor cantidad de aire posible para que seas una gran burbuja, y la pared de la burbuja se vuelva muy delgada. No quieres ser una pequeña burbuja

—quieres convertirte en una gran burbuja porque la disolución es una posibilidad inminente para una burbuja suficientemente grande.

Con sadhana, soplas una enorme burbuja. Quieres soplarla de tal manera que nunca vuelva a existir en ningún lugar con la misma forma de memoria.

Para esto, debes hacerla realmente grande. Esencialmente, agrandar una burbuja significa hacer que la pared sea más y más delgada. Con sadhana, la desgastas desde el interior. La estiras. La estiras tanto que un día estallará. La haces tan grande, donde la memoria se estira tanto, que cuando se rompe, realmente se va. Supongamos que, de alguna manera, ya sea por experiencia de vida, inteligencia, sabiduría o lo que sea, alguien sopló una gran burbuja, y ya no puede ser ignorada. El momento en que tal vida sale del vientre de la madre, mostrará ciertas cualidades, simplemente porque es una gran burbuja. Todos estarán mirando eso.

Cien otras burbujas pueden estar flotando, pero todos mirarán eso. Esto es lo que llamamos un ‘ser’ evolucionado.

No importa si uno se convierte en un maestro espiritual o simplemente camina por la calle; donde sea que esté la persona, la gente no puede ignorar ese ser porque hay un cierto nivel de actividad e intención.

Ahora, usando esta analogía, ¿qué pasa cuando alguien muere? Tu ser físico es en gran medida una acumulación de Memoria Genética y Memoria Evolutiva. Las otras dimensiones de la memoria no están tanto en él. Es el cuerpo energético el que mantiene esa memoria, en gran medida. Entonces, cuando ocurre la muerte, toda la memoria que

reuniste en la superficie—la Memoria Genética, Evolutiva y otras Memorias—desaparece, pero la capa más profunda de Memoria Kármica permanece intacta. Por lo tanto, parece ser casi eterna en tu experiencia. Es en este contexto que la gente dice que el alma es eterna. No es eterna, pero en tu experiencia, si algo va más allá de tu cuerpo, lo llamas eterno. En ese sentido, esta memoria a largo plazo dentro de ti, que continuará a través de la muerte y determinará la naturaleza de tu futura vida y experiencia, es eterna.

De los ocho tipos de memoria que llevas, los siete tipos de memoria se irán cuando mueras. La Memoria Evolutiva, que es instrumental en tomar la forma humana, se va. La Memoria Genética, que decide el color de tu piel, la forma de tu nariz y cosas por el estilo, también se va. Las Memorias Consciente, Subconsciente e

Inconsciente también se van. Una vez que te despojas del cuerpo, es en gran medida solo la Memoria Kármica la que te mantiene unido. En el proceso de muerte o despojamiento del cuerpo y la continuación del proceso de vida, debemos entender que solo una memoria—la Memoria Kármica—

permanece. Dentro de esto, puedes categorizar algo como Sanchita Karma y algo más como Prarabdha Karma, pero, esencialmente, es karma lo que permanece. Una manera de manejar esta burbuja es capturar una porción más grande de vida. Ahora, incluso si no hiciste mucho para desmantelar tu karma, la pared kármica se vuelve muy delgada simplemente porque el 'tamaño de la vida' se volvió más grande.

La otra manera es desgastar la pared kármica. Muy pocas personas con una sustancia kármica adecuadamente intacta saben cómo simplemente abrir la pared kármica y partir un buen día. El resto tiene que desgastarla. La razón por la cual generalmente se prescribe una enorme cantidad de actividad en el camino espiritual es que si no puedes hacer tu burbuja delgada desde dentro, tratas de desgastarla desde afuera. De cualquier manera, tratas de hacer las paredes lo más delgadas posible. La razón por la que dijeron que debes ir y sentarte en un lugar sagrado como el Dhyanalinga u otro lugar energético o que debes ir a yatras, y así sucesivamente, es para arreglar tu cuerpo kármico. El cuerpo kármico está sujeto a influencias porque todo esto ha sucedido debido a la acumulación de influencias. Entonces puedes deshacer el cuerpo kármico con el tipo correcto de influencias, o estando en los lugares correctos, en comunión con el tipo correcto de personas y el tipo correcto de atmósfera.

Esta es la idea detrás de estructurar la vida espiritual de una manera determinada para que uno esté constantemente activo, pero no se trate de uno mismo. El momento en que se trata de mí, el karma crecerá; inmediatamente, la pared kármica acumulará sustancia. Sus paredes se volverán más gruesas y gruesas. El momento en que se trata de mí, tendré un fuerte sentido de gustos y disgustos—puedo hacer eso, no puedo hacer eso; puedo hablar con esta persona, no puedo hablar con esa persona; quiero amar a esta persona, quiero odiar a esa persona, y así sucesivamente. Este tipo de cosas se convertirán en una parte natural de mí en el momento en que se trata de mí.

Entonces, todo el camino espiritual en la India ha sido diseñado de tal manera que la pared kármica no acumule sustancia. Al mismo tiempo, sigues aumentando el volumen de vida que reúnes. No importa cuántos

cerebros tengas, no importa cuánto conocimiento tengas, el significado de tu vida siempre está determinado por el volumen de vida que capturaste. Entonces, la idea es aumentar la sustancia real de la vida, para que la cubierta o el paquete se vuelvan irrelevantes. Cuando se vuelve irrelevante, se disolverá. Cuando se disuelva, esta sustancia que se capturó, que no te pertenece y que de todos modos está en todas partes, te convertirás en parte de ella.

Cuando tienes una pared gruesa, eres como una pelota de golf, porque solo hay un poco de vida; el resto es todo karma. Ahora, si algo te empuja un poco, rebotarás por todas partes. Pero si te has convertido en una gran burbuja, si algo la empuja, simplemente se deslizará, eso es todo. No va a golpear esta pared y aquella pared y rebotar por todas partes. Así es como la vida les sucede a las personas: las personas que están muy esclavizadas a su estructura kármica, si solo las tocas en el hombro, rebotarán por todas partes. Pero alguien que ha crecido de cierta manera, sea lo que sea que lo golpee, incluso si lo golpea un autobús, no irá por todas partes. Simplemente se deslizará.

Mira, no todos los que se adhieren a un proceso espiritual, o sadhana, van a estallar en Iluminación. Pero por qué viven así es porque están desgastando sus cuerpos kármicos. Cuando llegue el momento, si la burbuja se vuelve incompetente para albergar Memoria Genética y Memoria Evolutiva, entonces no puede volver a tomar otro cuerpo.

La encarnación no es posible; se ha terminado. Puede que no se haya ido por completo, pero la capacidad de la burbuja para regresar se ha terminado.

Si estallas la burbuja completamente, es posible salir completamente de este ciclo. Entonces no lo llamaríamos muerte. Es el fin último de la vida. Para hacer esto, si era una gran burbuja, simplemente la tocas y desaparecerá por completo. No necesita mucha acción. Simplemente por su propia naturaleza, puede estallar. Incluso con una burbuja de jabón, si intentas pincharla cuando es pequeña, solo se pegará a tu mano. No explotará. Se necesitará mucha más acción para hacerla estallar, pero las burbujas grandes simplemente estallan al contacto o por sí solas. Es por eso que muchos caminos espirituales intentan hacer justamente esto: intentan hacer la burbuja de la vida más y más grande con cada vida, para que un día estalle por sí sola. Pero incluso cuando la burbuja es pequeña y las paredes son gruesas, si las personas adquieren la sabiduría y la intención necesarias, o si

están en procesos espirituales muy poderosos, pueden aplastarla en la vida presente. No tienen que esperar vidas para hacerla muy grande.

Entendiendo la Vida y la Muerte

Si quieres entender lo que sucede durante la muerte, debes tener algún conocimiento de la mecánica de cómo se construye un ser humano. En Yoga, vemos todo el organismo como el cuerpo. Este cuerpo es una composición de cinco envolturas. Estas cinco envolturas, o *koshas*, como se les conoce, son *Annamaya Kosha*, *Manomaya Kosha*, *Pranamaya Kosha*, *Vignanamaya Kosha* y *Anandamaya Kosha*. Cada envoltura tiene un propósito y propiedades distintas.

La periferia exterior o la envoltura más externa de un ser humano es el cuerpo físico. Se llama Annamaya Kosha. *Anna* significa comida, por lo que llamamos a esto el 'cuerpo de comida'. Cuando naciste, pesabas solo 2.5 o 3

kilogramos. Ahora pesas unas veinte veces más. Todo eso vino solo de la comida y la nutrición que ingeriste. Así que lo que llamas 'cuerpo' es solo un montón acumulado de comida. De ahí proviene su nombre.

La segunda capa es el Manomaya Kosha. *Mana* significa mente.

Este es el cuerpo mental. Comprende tus pensamientos, emociones y todos los procesos mentales, tanto conscientes como inconscientes. Hoy en día, los médicos hablan mucho sobre la naturaleza psicosomática de muchas enfermedades. Esto significa que lo que sucede en la mente afecta lo que sucede en el cuerpo. Cada fluctuación a nivel de la mente tiene una reacción química en el cuerpo, y cada reacción química en el cuerpo a su vez genera una

fluctuación a nivel de la mente. Cuando dices 'la mente', la gente generalmente piensa que está ubicada en un solo lugar. No es así. La mente no está en un solo lugar. Hay una anatomía completa de la mente. Hay memoria e inteligencia en cada célula del cuerpo. Hay todo un cuerpo de mente, que llamamos Manomaya Kosha. Este es el cuerpo mental completo.

Los cuerpos físico y mental son como tu hardware y software.

El hardware y el software no pueden hacer nada a menos que los conectes a una fuente de energía de calidad. Así que hay una tercera capa del ser, llamada Pranamaya Kosha.

Prana es energía vital. Este es el cuerpo energético que alimenta y dirige el Annamaya Kosha y el Manomaya Kosha.

Los tres—el cuerpo físico, el cuerpo mental y el cuerpo energético—son de naturaleza física. Es fácil entender que el Annamaya Kosha es físico porque puedes verlo y sentirlo. Pero el Manomaya Kosha y el Pranamaya Kosha también son de naturaleza física. Es así: puedes ver claramente que una bombilla es física, pero la electricidad que pasa a través de ella también es física. Lo mismo con la luz que emana de la bombilla. Los tres son físicos. De manera similar, el cuerpo físico es groseramente físico, el cuerpo mental es un poco más sutil, mientras que el cuerpo energético es aún más sutil pero sigue siendo del reino físico. Estas son las únicas tres dimensiones del ser que conoces ahora mismo. Todas estas tres dimensiones físicas de la vida llevan las huellas del karma, o Memoria Kármica. El karma está impreso en el cuerpo, la mente y la energía. Es esta estructura kármica la que mantiene unido al ser.

La cuarta capa del ser se llama Vignanamaya Kosha. *Gnana* significa conocimiento. *Vishesh Gnana* o *vignana* significa conocimiento extraordinario o conocimiento de aquello que está más allá de las percepciones sensoriales.

Este es el cuerpo etérico. Es un cuerpo transitorio, una transición de lo físico a lo no físico. No es ni físico ni no físico. Es como un enlace entre los dos. No está en tu nivel actual de experiencia porque tu experiencia se limita a los cinco órganos de los sentidos y estos órganos no pueden percibir lo no físico. Si aprendes a encontrar acceso consciente a esta dimensión, habrá un salto cuántico en tu capacidad para conocer el fenómeno cósmico.

La quinta envoltura se conoce como el Anandamaya Kosha. *Ananda*

significa dicha. No tiene nada que ver con los reinos físicos de la vida. Solo lo físico puede estar aquí y allá. Cualquier cosa que sea no física no está ni aquí ni allá. Es todo y nada. Así que el núcleo más profundo es esa dimensión que está más allá de lo físico. Es la nada. Cuando digo nada, debes poner un guion entre *no* y *thing*—no-cosa. No es una cosa, no es física. Está más allá de la naturaleza física. No puede ser descrito o

ni siquiera definido. Así que el Yoga habla de ello solo en términos de experiencia. Cuando estamos en contacto con ese aspecto más allá de lo físico, nos volvemos dichosos.

Entonces el Anandamaya Kosha se llama el 'cuerpo de dicha'. Pero no es que una burbuja de dicha resida dentro de tu estructura física. No hay tal cosa.

Es solo que cuando accedes a esta dimensión indefinible, produce una experiencia abrumadora de dicha. No tiene forma propia.

Cuando alguien cae muerto, solo se pierden sus envolturas más externas—el Annamaya Kosha y las partes conscientes del Manomaya Kosha. Uno no cae muerto por completo. El resto de la estructura sigue intacta; buscará otro vientre y se manifestará nuevamente en el plano físico. Es por eso que la muerte no es disolución—volverás a aparecer en poco tiempo. Pero si se quita el cuerpo energético, el cuerpo mental y el cuerpo físico, el cuerpo de dicha se convertirá en parte del Cosmos.

Solo si el cuerpo energético, el cuerpo mental y el cuerpo físico están en su lugar, pueden sostener el cuerpo de dicha en su lugar. Cuando ya no están, el cuerpo de dicha tampoco lo está. Ahora, ya no están en absoluto. Esta es toda la historia de la vida, la muerte y la disolución.

Pancha Pranas: Las Cinco Energías Vitales

Si quieres entender mejor cómo ocurre la separación del cuerpo físico en la muerte, debes tener algún conocimiento del Pranamaya Kosha, o las energías vitales que gobiernan la vida. En Yoga, llamamos a esto prana. Se manifiesta en cinco dimensiones básicas. Estas se llaman *Pancha Vayus* o *Pancha Pranas*. Existen otras formas, pero sería demasiado complicado abordarlas. Así que solo veremos estas cinco dimensiones.

Estos Pancha Pranas están a cargo de diversas actividades o procesos en tu cuerpo. El primero es *Samat Prana* o *Samana Vayu*. Este Samana Vayu está a cargo de mantener la temperatura de tu cuerpo. Al activar

el Samana Vayu, puedes activar tus energías de tal manera que te vuelvas menos y menos susceptible a los elementos externos de la Naturaleza. Si has viajado a ciertas partes del Himalaya, especialmente si has ido a lugares como Gomukh o Tapovan, verás a algunos sadhus viviendo allí en el frío extremo, con ropa mínima. Estas son áreas glaciares, de temperaturas bajo cero, pero estos sadhus pueden ser vistos caminando descalzos. Esto es porque, al hacer ciertos *kriya* o dominar ciertos mantras, puedes activar el Samana Vayu y crear

un *kavacha*, o un escudo, alrededor de ti. Puedes crear un capullo de tu propia energía de modo que los elementos externos ya no te molesten tanto. Esto no solo se trata del frío; incluso el calor no te molestará.

Es como si tuvieras un aire acondicionado interno donde tanto el calor como el frío ya no te molestan tanto.

Generar calor en el cuerpo es un aspecto del Samana Vayu, pero también es muy curativo por naturaleza. Si tu Samana Vayu está alto, tu sola presencia se vuelve curativa para los demás. Samana Vayu también está a cargo de tu proceso digestivo. Si tu Samana Vayu está alto, notarás que lo que comes, tu estómago se vaciará en aproximadamente una hora y media. Tu estómago siempre debe estar vacío porque tanto tu fisiología como tu mente funcionan mejor solo cuando el estómago está vacío. Así que los yoguis siempre quieren mantener sus estómagos vacíos. Un estómago vacío no significa que te mueras de hambre. Solo quemas la comida lo más rápido posible.

Samana Vayu también está relacionado con el sol, la fuente básica de energía y temperatura. El sol es la fuente de calor del planeta y del cuerpo.

Samana Vayu es importante porque la vida y su duración están relacionadas con los ciclos del sol. A través del sol, el Planeta Tierra también se ha convertido en la fuente de calor—o un pequeño sol—por sí mismo. Así que establecer una conexión profunda con el planeta llevará a una existencia intemporal en términos de energía y vitalidad. Con esto, un yogui puede trascender los ciclos solares y liberarse de

su dominio. Puede volverse independiente de la fuente física de vida en el sistema solar. La vida y la muerte de un yogui así serán muy interesantes de presenciar, ya que, sin ninguna cualidad trascendental, gestionará la muerte con la facilidad de un suspiro.

El siguiente aspecto del prana se llama *Prana Vayu*, que está a cargo de tu proceso respiratorio y tu proceso de pensamiento. Si observas cuidadosamente, para cada tipo de pensamiento que tienes, tu respiración cambiará de una manera sutil. Te sientas aquí y piensas en el océano, notarás que tu respiración será de una manera. Piensas en las montañas, será de otra manera. Piensas en un tigre, será de otra manera. La razón por la que el pensamiento y la respiración están tan directamente conectados es simplemente porque ambos son manejados por la misma energía conocida como Prana

Vayu. Prana Vayu está relacionado con la Tierra. Es de naturaleza terrenal. Este es el único planeta en el sistema solar que tiene una atmósfera respirable y, por lo tanto, la posibilidad de respiración. Así que este es el único planeta donde hay un intelecto activo o proceso de pensamiento.

El siguiente aspecto del prana se llama *Udana Vayu*. *Udana* significa volar. Puedes pesar 70 u 80 kilogramos en la báscula, pero no sientes los 70 u 80 kilogramos sobre ti porque Udana Vayu crea flotabilidad y te hace menos susceptible a la gravedad. Hay prácticas yóguicas para activar esto. Hubo escuelas completas de Udana Vayu en China, donde aquellos que dominaban este prana podían flotar un poco. Es posible que hayas visto esto en las películas, donde está un poco exagerado. Pero el cuerpo se vuelve más ligero debido a una fuerza más flotante en el cuerpo.

Para un luchador de artes marciales, ser flotante es importante. Ha habido muchos casos donde ciertos bailarines de ballet, futbolistas y expertos en artes marciales han ejecutado lo que todos los físicos creen que es simplemente imposible, al saltar a alturas increíbles. Han desafiado la gravedad simplemente creando más flotabilidad dentro del cuerpo. Si tienes dominio completo sobre udana, dicen que incluso puedes volar. Pero lo más importante es que si activas tu udana, te vuelves menos y menos susceptible a la gravedad. En la báscula, sigues siendo el mismo, pero en tu experiencia, sentirás como si el cuerpo se hubiera vuelto tan ligero. No tienes que cargarlo. Es como si estuviera flotando. Esta es otra manera de hacerte menos cuerpo.

Udana Vayu también está a cargo de tu capacidad para comunicarte. Ahora, si tu Udana Vayu está activo, tu capacidad para comunicarte con las personas vendrá naturalmente a ti. Udana Vayu está relacionado con la luna. Los ciclos de la luna están íntimamente conectados especialmente con el cuerpo femenino. Solo porque los cuerpos de nuestras madres estaban en sincronía con los ciclos de la luna nacimos. La luna, siendo la gestora de la dimensión femenina de

la vida en el planeta y la plataforma sobre la cual se construye la vida, se convierte en el factor determinante de cuándo el cuerpo puede realmente llegar a su fin.

Una vez que Udana Vayu se ha ido, la misma plataforma que proporcionó la base necesaria para que la vida se construyera ya no está. Por lo tanto, a partir de este punto, comienza la búsqueda del próximo vientre en serio.

El siguiente aspecto del prana se llama *Apana Vayu*. Apana Vayu está a cargo de tu sistema excretor y la función sensorial. Solo cuando el sistema excretor es eficiente a nivel celular tendrás la sensibilidad necesaria para la percepción sensorial. Y de ahí que se le dé tanta importancia al aspecto purificador en Yoga.

Cuando digo excreción, no me refiero solo al resultado de la digestión, sino a la excreción a nivel celular que debe ocurrir. Cada momento, las células están expulsando impurezas a nivel celular. Este sistema excretor será eficiente solo cuando el estómago esté vacío. Cuando hay comida en el estómago y la digestión está en progreso, el sistema excretor se ralentiza. Así que si la excreción no ocurre correctamente, el cuerpo se vuelve impuro. Cuando el cuerpo se vuelve impuro, la letargia y otros tipos de pesadez se asientan. Una vez que esta inercia se manifiesta en el cuerpo, lentamente se transmitirá también a la mente. Así que Apana Vayu limpia el sistema en gran medida.

El siguiente aspecto del prana se llama *Vyana Vayu*. Vyana Vayu es lo que une a estos miles de millones de células en un solo organismo. Ha habido algunos casos de ciertos yoguis cuyos cuerpos no mostraron signos de descomposición durante meses después de su muerte, aunque no se intentó ninguna preservación. Esto es particularmente común entre los monjes tibetanos. Esto es posible porque cuando mueren, dejan una cierta cantidad de Vyana Prana en el cuerpo, lo que lo preserva por mucho tiempo.

Es posible que hayas oído hablar de la transmigración, donde las personas dejan sus cuerpos y entran en otro cuerpo. Si uno tiene dominio sobre su *vyana*, uno puede dejar su cuerpo a voluntad. Ahora, dejar el cuerpo no es la cúspide del Yoga; es un aspecto simple del Yoga. Si activas Vyana Vayu en tu cuerpo, lentamente te vuelves suelto dentro de tu cuerpo. Ahora, la cuestión de identificarte con el cuerpo no surge dentro de ti.

Esto te da una sensación de libertad completamente diferente en tu vida porque mantener la conciencia de que ‘yo no soy el cuerpo’ te

viene naturalmente. Esto es como si tu ropa fuera muy ajustada, lentamente, tenderás a pensar que eso eres tú. Pero si usas ropa holgada, eres más consciente de que estas son ropas, no yo.

Ahora, otro aspecto del Vyana Vayu es que también está a cargo de tu capacidad para moverte o tu locomoción. Verás que tu capacidad para caminar

vendrá tan naturalmente a ti cuando tu Vyana Vayu esté alto, incluso si no eres un caminante experimentado. Vyana Vayu es un aspecto muy importante del crecimiento espiritual. También mejora tu naturaleza intuitiva.

Hay muchos más aspectos de los pranas o *vayus*, pero, fundamentalmente, así es como afectan al cuerpo físico. Un conocimiento básico de los pranas es necesario para entender cómo ocurre la muerte porque, en el momento de la muerte, cada uno de estos pranas retrocede de manera diferente y afecta al fallecido de manera distinta. El proceso de muerte o el proceso de desincorporación se extiende mucho más allá del punto en que la respiración se ha detenido.

La Secuencia de la Muerte

Las definiciones son fundamentales para el avance de la ciencia moderna. Para estudiar algo, primero deben poder definirlo. Pero cuando se trata de definir la muerte, la ciencia moderna se complica. La mejor definición que tienen de la muerte es 'la ausencia de vida'. Pero tampoco tienen una definición para la vida. Definir la muerte o poder determinar el punto de la muerte correctamente es una necesidad debido a los aspectos sociales, médicos y legales de la vida y la muerte.

En los tiempos antiguos, decían que si la respiración se detenía, la persona había muerto. Pero luego algunas personas que fueron declaradas 'muertas' por esta definición volvieron a la vida y se generó un gran caos. Entonces dieron un paso más y dijeron que si el pulso se detenía, es decir, si el corazón se detenía, entonces era la muerte. Pero nuevamente, personas volvieron a la vida incluso después de que su respiración y su corazón se habían detenido. Hoy en día, tienen una batería de términos—muerte clínica, muerte cerebral, muerte somática, fallo cardíaco-pulmonar, muerte cerebral total, muerte cerebral superior, y así sucesivamente—para ocultar su incapacidad de definir la muerte con precisión. Este problema es esencialmente porque solo están observando las manifestaciones del

proceso de la muerte y no la causa, que es la salida de los Pancha Pranas del cuerpo físico.

Esto ocurrió hace muchos años. Un instituto de investigación me invitó porque querían verificar mis ondas gamma. Aparentemente, estos son patrones de oscilaciones neuronales en el cerebro que muestran una correlación con la actividad mental. En ese momento, no sabía qué eran estas ondas gamma o si siquiera las tenía en mi cerebro. Normalmente no me someto a estas indignidades, pero ese día, debido a una obligación, accedí.

Me conectaron con catorce electrodos y me pidieron que meditara. Dije: 'No sé cómo meditar'. Se sorprendieron un poco. Dijeron: 'Pero tú enseñas meditación a todos'. 'Sí, lo hago. Pero enseño meditación a las personas porque no saben cómo estar quietas'. En realidad, no existe tal cosa como la meditación. Solo hay quietud—

muchos niveles de quietud. Debido a que es muy difícil enseñar a las personas la quietud, se usa el término 'meditación' como intermediario. Entonces dije: 'Si quieren, me quedaré quieto. Totalmente quieto, en todos los niveles'. Entonces dijeron: 'Está bien, siéntate quieto; verificaremos eso'. Así que me senté.

Después de unos quince minutos, comenzaron a golpearme en las rodillas con algún objeto metálico. Luego probaron con mis tobillos y luego se movieron a mis codos—sabes, ese lugar gracioso donde duele más. Pensé: 'Esto debe ser parte de su experimento', y me quedé callado. Pero se volvió muy persistente y doloroso. Entonces, lentamente abrí los ojos y pregunté: '¿Hice algo mal?' Todos me miraron de una manera extraña. Dije: '¿Por qué me miran así?' Dijeron: 'Nuestros monitores se han puesto en cero. Según nuestras máquinas, estabas muerto'. Dije: '¡Ese es un gran diagnóstico!' Luego llegaron a una segunda opinión. Dijeron: 'Estás muerto o tienes muerte cerebral'. Dije: 'Prefiero la primera. "Estoy muerto" está bien para mí. Pero no me llamen muerto cerebral, eso es insultante'. Esto es lo que pasa si dejas que las máquinas decidan la muerte. Que se detenga tu respiración, tu corazón o que tu cerebro se apague en los monitores no es la muerte. Solo cuando los Pancha Pranas salen completamente del cuerpo físico es la muerte.

Cuando la respiración se detiene, o cuando lo que llamamos muerte ocurre, la retirada de los pranas ocurre durante un período de tiempo. Todos los pranas no salen del cuerpo al mismo tiempo. Hay un patrón definido en el que salen. Esto se puede observar de algunas maneras simples. Por ejemplo, está bien documentado que si mantienes un

cadáver durante más de dos o tres días, notarás que el cabello crecerá. Si era un hombre y solía afeitarse, puedes ver esto por el vello facial. Las uñas también crecerán.

Por lo tanto, en países donde se preservan los cadáveres por más tiempo, los sepultureros cortan las uñas y afeitan la barba. Esto no se debe a que la piel se haya secado o encogido. Esos factores pueden contribuir un poco, pero es principalmente porque el cabello y las uñas son especiales de alguna manera

porque no hay sensación en esas partes del cuerpo incluso cuando estás vivo. No hay sensación en estas partes porque no hay Prana Vayu en ellas incluso cuando estás vivo, pero los otros vayus están presentes allí. Así que inmediatamente después de la muerte, cuando el Prana Vayu ha salido del cuerpo, estas partes del cuerpo no se ven afectadas mucho. Es por eso que observarás un crecimiento mínimo allí hasta que los otros pranas salgan del cuerpo.

Es solo porque el proceso de retirada de los pranas se extiende durante un período de tiempo, que hay una ventana de oportunidad para intervenciones externas y manipulaciones que a veces pueden 'revivir' a la persona muerta. Es solo por esto que es posible ayudar a los muertos en su viaje después de la muerte o permitir procesos como la transmigración. Veremos esto en más detalle en el Capítulo 4.

Un resumen del proceso de retirada puede ser el siguiente:

Samana Una vez que la respiración se detiene, comenzará el lento proceso de salida de los cinco pranas del cuerpo.

Vayu

De estos, Samana Vayu está a cargo de mantener la temperatura del cuerpo. Lo primero que sucede después de la muerte es que el cuerpo comienza a enfriarse. Dado que la diferencia entre la temperatura atmosférica y la temperatura del cuerpo es significativa, el Samana Vayu sale mucho más rápido que el Prana Vayu. Dentro de veintiuno a veinticuatro minutos desde que la respiración se detiene, Samana Vayu sale completamente del cuerpo.

Prana

Una vez que la respiración se detiene, Prana Vayu también comienza a salir del cuerpo. Esto significa que la acción respiratoria y el proceso de pensamiento comenzarán a retroceder junto con la retirada de Prana Vayu. Prana Vayu sale completamente del cuerpo dentro de

cuarenta y ocho a noventa minutos después de que la respiración se detiene, dependiendo de la naturaleza de la muerte. Si es una muerte natural por vejez, debería terminar dentro de sesenta y cuatro minutos. Pero si es un cuerpo joven y vibrante, puede prolongarse hasta noventa minutos. Hasta este momento, la respiración y el proceso de pensamiento continúan, si no en el sentido habitual, de manera vaga.

Por eso la cremación debe posponerse al menos una hora y media.

Si mantienes el cuerpo de la persona cuya respiración se ha detenido en la tierra o en el suelo, hay una posibilidad de resucitación con un poco de intervención externa. Si otros aspectos del sistema son favorables, entonces la tierra y los elementos pueden reavivar la energía necesaria para revivir la vida. Es por eso que, en los tiempos antiguos, las personas moribundas se colocaban en el suelo fuera de la casa, con la esperanza de resucitación. Pero, hoy en día, con el cuerpo siendo colocado en una cama o en un piso de concreto, las posibilidades de resucitación son muy remotas.

Udana

Entre seis y doce horas después de que la respiración se detiene, Udana Vayu sale del cuerpo. Una vez que Udana Vayu

Vayu se va, entonces la flotabilidad en el cuerpo también se va. De repente, el cuerpo se vuelve pesado. El peso no aumenta, pero puedes sentir el peso mucho más simplemente porque Udana Vayu se ha ido. Es por eso que las personas sienten una gran diferencia entre cargar a una persona viva y a una persona muerta.

Apana

En algún momento entre ocho y dieciocho horas después de que la respiración se ha detenido, Apana Vayu

Vayu sale del cuerpo. Una vez que Apana Vayu comienza a retirarse de manera importante, entonces el aspecto sensorial del cuerpo se va. Incluso después de que la respiración de alguien se haya detenido y se lo declare muerto, aún pueden sentir sensaciones. Ha habido muchos casos en los que la gente se aterroriza porque un cadáver se mueve un poco. Podría haber leves espasmos en el cuerpo porque la actividad sensorial aún está presente.

Vyana

Vyana Vayu, que es la naturaleza preservadora del prana, es el más lento en salir. Continuará haciéndolo durante hasta once a catorce días si la muerte es por vejez y la vida se volvió débil. Si la muerte fue por un accidente cuando la vida todavía era vibrante, a menos que el cuerpo esté totalmente aplastado, las reverberaciones de esta vida continuarán durante entre cuarenta y ocho a noventa días.

Durante ese período, ciertos procesos continuarán y todavía habrá algún elemento de vida. Durante ese tiempo, hay cosas que puedes hacer para ayudar a esa vida. Esta es la oportunidad que los rituales de muerte en la cultura india intentan aprovechar.

Entonces, con este entendimiento, ¿cómo definirías la muerte?

Fundamentalmente, lo que llamamos muerte es una cierta línea, o una cierta etapa, en el proceso de desincorporación. En ese contexto, es apropiado que en el idioma inglés no se *diagnostique* a alguien como muerto, sino que se le *declare* muerto. Se declara a alguien muerto cuando él o ella no responde a tu estímulo o cuando ya no tienes acceso a ellos.

Una persona común puede sentir que alguien está muerto si no responde a sus llamados y otros tipos de pruebas físicas. Pero un profesional médico no aceptaría esto. Tienen una comprensión más sofisticada de la vida y también tienen herramientas y pruebas más sutiles. Saben que con intervenciones adecuadas la vida puede ser revivida, y la persona puede ser traída de vuelta al cuerpo. Pero si el proceso de desincorporación ha cruzado una cierta etapa, entonces uno no responderá a estos estímulos médicos tampoco. A tal persona se le declarará médicamente muerta, pero esto aún no se consideraría muerte espiritual en la tradición Yóguica.

Una persona bien versada en Yoga y Tantra tiene una comprensión aún más fina de la vida. Tienen herramientas y técnicas mucho más sutiles para poder acceder a esa vida y posiblemente restaurarla. Así que aún no la declararían espiritualmente muerta. Sin embargo, si el proceso de desincorporación ha progresado más allá de cierto punto, entonces ni siquiera ellos pueden restaurar la vida en el cuerpo. Ahora, para todos los efectos prácticos, esa persona se ha ido completamente—no puede ser traída de vuelta en absoluto. Solo se puede ayudar en su viaje posterior, 9 eso es todo.

Entonces, la respuesta a la pregunta ‘¿Cuándo está una persona muerta?’ depende en gran medida de cuál es el propósito de la declaración y de qué capacidad tiene uno para interactuar con la vida

en las diferentes etapas de la desincorporación. Cuanto más capaz seas, más margen tendrás en la situación.

Chakras: Las Puertas de Salida

El sistema pránico en el cuerpo comprende varios canales de energía y sus puntos de intersección, conocidos como chakras. Hay un total de 114

chakras, 112 de ellos en el cuerpo y dos fuera del cuerpo. Los chakras dentro del cuerpo se clasifican en siete categorías principales de dieciséis cada una. En la vida, los niveles de activación de estos chakras determinan en gran medida la calidad de vida que lleva la persona. Correspondientemente, cómo la energía se mueve a través de estos chakras en la muerte también determina la calidad de la muerte. Así que cada muerte se caracteriza no solo por cómo los pranas

han salido del cuerpo, sino también por qué chakra o chakras han salido.

Incluso si estás liberado dentro de ti mismo, incluso si has alcanzado un cierto estado dentro de ti, todavía necesitas mucha habilidad para dejar el cuerpo físico conscientemente. Necesitas conocer la ciencia de cómo la vida y el cuerpo se conectaron y qué necesitas hacer para desenredarlo. De lo contrario, no podrás dejar el cuerpo conscientemente. Las personas que están en el camino Yóguico pueden simplemente sentarse al aire libre y partir, como quitarse la ropa y alejarse, porque conocen la ciencia de cómo dejar el cuerpo. Dependiendo de cuánta habilidad y libertad con la que alguien dejó el cuerpo y desde qué chakra dejó el cuerpo, la situación alrededor de cada muerte será diferente. Por simplicidad, hablamos principalmente de solo los siete chakras principales en el cuerpo. 10 Cada uno tiene un nombre y ciertas cualidades.

Para una persona muy tosca, o si alguien muere con miedo—lo cual le sucede a mucha gente—terminan dejando el cuerpo a través del *Muladhara Chakra*, ubicado en el perineo. Es por eso que verás que en el momento de la muerte, muchas personas expulsarán orina y heces con cierta fuerza. Esto no se debe a la incontinencia, como la gente piensa, sino porque el prana ha salido a través del Muladhara Chakra. Esta no es una buena manera de morir. Si no podemos dejar el cuerpo a voluntad, al menos deberíamos poder aceptarlo y permitir que suceda en lugar de resistirlo y luchar con miedo. Generalmente, si uno deja el cuerpo a través del Muladhara Chakra, se considera una salida muy básica. Pero en casos raros, alguien que conscientemente sale a

través del Muladhara Chakra puede regresar con enormes poderes ocultos.

Quien sale a través del *Swadhishthana Chakra*, ubicado en y sobre el órgano genital, puede renacer con una destreza creativa extraordinaria. Quien sale a través del *Manipura Chakra*, ubicado justo debajo del ombligo, puede ser capaz de un sentido de acción muy organizado. Uno puede convertirse en un gran empresario o en un gran general. Esencialmente, un genio de la organización en su próxima vida. Quien sale a través del *Anahata Chakra*, donde se encuentra la caja torácica, puede convertirse en un prodigio en la música o las artes. También puede convertirse en un poeta muy sensible o un devoto que puede inspirar a muchos. El Anahata Chakra también tiene la posibilidad de acceder a todas las demás dimensiones, por lo que uno podría ser un potencial políglota.

Para que alguien salga a través del *Vishuddhi Chakra*, situado en la fosa de la garganta, es muy raro. Pero si eso sucede, uno poseerá una percepción increíble de este mundo y del más allá. Tal persona también existirá en un sentido absoluto de desapasionamiento e implicación sin miedo en

todos los aspectos de la vida. Un sentido fenomenal de claridad será predominante en ellos. Aunque el *Agna Chakra*, ubicado entre las cejas, es de un orden superior, es más común que la gente salga a través del Agna Chakra que del Vishuddhi Chakra.

Una persona que está completamente consciente dejará su cuerpo a través de su *Sahasrara Chakra*, desde la parte superior de su cabeza. Esa es la mejor manera de partir.

Normalmente el prana simplemente se va, pero a veces realmente deja un agujero físico allí en el momento de la muerte. Si sabes, el pedazo del cráneo en la parte superior de la cabeza no se forma en los bebés durante bastante tiempo. Ese punto se llama el *brahmarandhra*. Para algunas personas, cuando dejan el cuerpo, se encuentra un agujero real allí. Cuando uno sale a través de su Sahasrara Chakra, significa que estaba completamente consciente.

Si quieres que ese momento de la muerte ocurra con plena conciencia, tienes que vivir una vida de conciencia. De lo contrario, en ese momento, no habrá manera de que estés consciente. Quien es consciente puede irse de la manera que quiera, pero quien está inconsciente simplemente se va de una manera fija, porque su vida fue una esclavitud, por lo que la muerte también es una esclavitud.

Si en el momento de la muerte, una persona puede estar 100 por ciento consciente, esa persona no tendrá que pasar por el

renacimiento. No tomarán otro cuerpo, serán liberados.

C A P Í T U L O 3

La Calidad de la Muerte

Ninguna persona en el mundo vive su vida de la misma manera. De manera similar, ninguna persona

muere de la misma manera. Las personas pueden morir en la misma situación, por la misma causa, pero aún así

no mueren de la misma manera.

Tipos de Muertes

Ahora, ¿hay algunas muertes que son buenas y otras que son malas?

Debes saber que ninguna persona en el mundo vive su vida de la misma manera. Pueden ser hermanos, vivir en la misma casa y hacer las mismas cosas, pero aun así su experiencia de vida no será la misma.

De manera similar, ninguna persona muere de la misma manera. Las personas pueden morir en la misma situación, por la misma causa, pero aún así no mueren de la misma manera. En este momento, si el cielo cae sobre nosotros y todos quedamos aplastados bajo él y morimos, aun así, no moriremos de la misma manera.

Una vez ocurrió: un hombre rico construyó una gran casa para su familia. Ha sido una tradición en la India que cuando construyes una casa nueva, quieres dar la bienvenida a algún sabio o santo o yogui a tu casa. Ya no lo hacen porque hoy en día hay demasiadas casas y no suficientes yoguis. Así que este hombre invitó a un yogui a su casa. Lo recibieron como a un rey e hicieron *pada* pooja 1 y muchos otros poojas. Luego le sirvieron una gran comida. Cuando llegó el momento de irse, el esposo y la esposa se inclinaron ante él, pidiendo una bendición, según la tradición. El yogui levantó la mano y dijo: 'Primero, que muera tu padre, luego tú y luego tus hijos'. Al oír esto, el hombre se enfureció. Dijo: '¡Qué tontería! Te invitamos a nuestra nueva casa, te tratamos como a un rey, te alimentamos bien y dices que primero debe morir mi padre, luego yo y luego mis hijos? ¿Qué es esta basura?' El yogui se sorprendió, '¿Por qué, dije algo malo? ¿No es bueno si tu padre muere primero, luego tú y luego tus hijos? Eso significa que la vida estará en su ciclo natural. Antes de que muera tu padre, si tú mueres, eso no es bueno. Antes de que mueras, si tus hijos

mueren, eso no es bueno en absoluto. Así que primero debe morir tu padre, luego tú, luego tus hijos'.

En tiempos recientes, ha habido una creciente conciencia sobre la calidad de la muerte, y así como hay un Índice de Calidad de Vida, la gente ha creado un Índice de Calidad de la Muerte también. Además, a medida que las personas crean 'metas de vida' para sí mismas, hay una creciente conciencia de que uno también debe establecer 'metas de muerte'.

Este es un cambio bienvenido; sin embargo, están trabajando con una comprensión muy superficial de la calidad de la muerte, como tal. La gente piensa que si uno está libre de dolor y sufrimiento, si no lucha con él, si no muere repentinamente y si no muere solo sino rodeado de seres queridos mientras muere, entonces es una buena muerte.

Por otro lado, piensan que si alguien muere repentinamente o violentamente, entonces es una mala muerte. Estas consideraciones son muy médicas y sociales.

Existencialmente, no son muy significativas.

En la India, las muertes se clasificaban teniendo en cuenta factores más profundos y existenciales sobre cómo ocurrió la muerte. Esto es importante porque tiene un impacto considerable en lo que sucede después de la muerte y qué tipo de asistencia se puede brindar a la persona que ha muerto.

Tradicionalmente, en la India, la gente clasificaba las muertes solo en dos tipos:

muerte oportuna (*Su-mrutyu*) y muerte inoportuna (*Akaal Mrutyu*). Si un yogui dejó su cuerpo conscientemente a la edad de treinta años, no decimos que sea inoportuna. Es oportuna para ellos porque deciden el momento.

Llamamos muerte inoportuna cuando alguien tiene la intención de vivir, es decir, aún tiene Karma Prarabdha que resolver, pero de repente algo lo derriba y muere. Su cuerpo colapsó cuando la intención estaba a toda escala; esta es una muerte inoportuna. Si la intención misma ha desaparecido, no es inoportuna; es muy oportuna para esa vida. La edad cronológica, si tienes treinta y cinco o sesenta y cinco o noventa y cinco años, no es el punto.

El criterio es que la intención haya desaparecido. Entonces, en términos de vida, es una muerte oportuna. No puedo darte un

porcentaje exacto, pero creo que podemos decir fácilmente que más del 80 por ciento de las personas no mueren una muerte natural o una muerte oportuna ya. Su muerte es antinatural o inoportuna porque mueren mientras su intención aún está en curso. Esto es

desafortunado, y tiene una influencia en cómo ocurre la muerte y lo que sucede después de eso.

En una muerte natural o oportuna, el Karma Prarabdha, o la información que dirige la vida, se agota y la vida se debilita. Cuando la información se agota, la vida se extingue lentamente y esto no es tortuoso. Esto es muy hermoso. Cuando tu Karma Prarabdha se agota, incluso si viviste una mala vida, los últimos momentos se volverán muy pacíficos, maravillosos y perceptivos. De repente, verás que las personas se vuelven tan sabias. No están apegadas a nada a su alrededor; muestran un sentido extraordinario de madurez, algo que no lograron mostrar a lo largo de su vida. Esto se debe a que es una muerte natural. La muerte natural no es una mala muerte. Es algo bueno para ti y algo bueno para aquellos que dejas atrás porque no estás siendo expulsado de tu cuerpo. Para que esto suceda, necesitas vaciar tu Karma Prarabdha antes de que tu cuerpo se desgaste.

Qué tan rápido vacías tu Karma Prarabdha depende de qué tan rápido te mueves de un aspecto de la vida a otro. Si tienes ochenta años y aún piensas como un adolescente queriendo enamorarte de alguien, tu Karma Prarabdha no se agotará. Si, a los ochenta, no te has deshecho de lo que deberías haber hecho a los dieciséis o dieciocho años y aún quieres ir a sentarte en la acera y mirar a las mujeres pasar, entonces tu Karma Prarabdha no se agotará. Ahora, no importará si vives hasta los cien años, aún morirás una muerte antinatural porque el cuerpo se agotará, pero el Karma Prarabdha no. Si una persona muere naturalmente, él o ella sabe claramente que van a morir y verás que mostrarán una sabiduría extraordinaria. Esa posibilidad está siendo completamente obliterada en la llamada sociedad moderna porque todos están tratando de ser inmortales a cualquier costo, y morirán una mala muerte por eso.

Solo puedes morir bien si aceptas tu mortalidad.

Hay otro tipo de muerte, llamada *Iccha Mrutyu* (traducido libremente como ‘muerte por elección’), que, en cierto sentido, no es muerte, sino en realidad la trascendencia del ciclo de nacimiento y muerte. Esto puede suceder cuando una persona está en sadhana espiritual y ha logrado tal dominio sobre sus energías que es capaz de desenredar sus energías vitales del cuerpo físico sin dañarlo. La persona ha entendido

dónde están las claves de su estructura kármica y es capaz de desmantelarla

completamente. Tal persona realmente deja de existir. Esto se considera el tipo más alto de muerte. Esto también se conoce como Mahasamadhi en la tradición hindú y Mahaparinirvana en la tradición budista. En inglés, simplemente lo llamamos Liberación, lo que significa que uno se ha liberado del propio proceso de vida, nacimiento y muerte. Uno se ha liberado de las estructuras básicas del cuerpo y la mente o se ha liberado de la estructura kármica que mantiene estas cosas juntas. Usando la analogía anterior, uno ha reventado la burbuja por completo. Este es el objetivo último de todo buscador espiritual.

Predicciones de la Muerte

Una de las preguntas más comunes que la gente tiene para los astrólogos y adivinos es: '¿Cuánto tiempo viviré?' '¿Cuándo moriré?' Si la vida sigue una cierta lógica, ¿es posible determinar cuándo terminará? Más precisamente, vimos cómo es el karma, el software de la vida, lo que determina la duración y la naturaleza de la vida. Entonces, ¿es posible leer esto de alguna manera y ser capaz de predecir la muerte?

Ahora, así como el karma está impreso en tu cuerpo físico y cuerpo mental, también está impreso en tu cuerpo energético. A medida que el karma asignado, o Prarabdha Karma, se acerca a su finalización, la capacidad del cuerpo pránico para aferrarse al cuerpo físico disminuye. La vida, tal como la conoces, que es física, comenzará a perder su vitalidad. Al mismo tiempo, el cuerpo sutil reúne más vitalidad porque el cuerpo físico está perdiendo su control sobre lo sutil. Esta es la razón por la que podrías haber notado que, a veces, incluso una persona que ha vivido una vida tosca parece llevar una paz etérea durante los últimos días que preceden a su muerte.

Tal persona, verás, de repente se vuelve sabia. Esto suele suceder para las personas cuya conciencia se agudiza. Sin embargo, si alguien está muriendo una muerte natural, entonces con un poco de conciencia—al menos de seis a ocho meses de anticipación—uno puede verlo claramente venir.

De hecho, muchas personas inconscientemente comienzan a hablar de ello. Empiezan a hacer declaraciones extrañas y a comportarse de manera extraña. Esto no es por degeneración psicológica; inconscientemente sueltan esto y aquello.

Más tarde, después de que mueren, la gente mira hacia atrás y dice que él o ella había dicho esto o hizo algo que indicaba que eran conscientes de

su inminente muerte. Un tío mío incluso sabía la fecha y la hora exactas de su muerte.

La muerte no es algo que suceda de repente; se acumula con el tiempo. Muchas veces, el cuerpo está iniciando el proceso. La persona puede no estar completamente consciente de ello; la mente puede no estar lo suficientemente alerta para captarlo, pero el cuerpo lo expresa de muchas maneras. Aparentemente, ha habido algunos estudios que examinan los análisis de sangre de personas que fueron asesinadas violentamente, a través de crímenes o accidentes. Sus análisis de sangre se hicieron por capricho o por casualidad o, por alguna otra razón, un poco antes de su muerte; nadie sabía que iban a morir, pero por casualidad, se los hicieron. Y esos informes resultaron ser completamente caóticos. Hablaron un lenguaje completamente diferente. No sé hasta qué punto esto es cierto, pero este tipo de cosas son bastante posibles porque puede no tener nada que ver con los problemas fisiológicos. A medida que el cuerpo se acerca a su final, todo el cuerpo comienza a hablar el lenguaje de la muerte en ese momento.

Entonces, ¿es posible predecir la muerte? Sí, es posible, pero es muy limitado y altamente exagerado. Si veo un cocotero, mirando la edad y la salud del cocotero, puedo decir cuándo dará flor por primera vez, cuándo dará fruto. También puedo predecir aproximadamente cuándo morirá.

Puedo decirte todo esto ahora mismo, pero entre ahora y ese momento, si cortas el cocotero, la predicción se vuelve falsa. Esto también es cierto para los seres humanos. Cualquiera que sea lo que digan los horóscopos, alguien puede morir así como así. Un montón de personas en el mundo murieron ayer en un accidente o por enfermedad o algo así. ¿Crees que todos sus horóscopos decían que iban a morir ayer? No. Todos decían 'larga vida', pero murieron a los veinticinco años.

Puede que hayas oído hablar de esto: tradicionalmente, en la India, antes de casar a sus hijos con alguien, siempre escrutan los horóscopos de las dos personas. Lo hacen porque quieren asegurarse de que los temperamentos de las dos personas sean compatibles. También quieren asegurarse de que sus hijos tengan una vida larga y próspera. Sin embargo, ha sucedido muchas veces que incluso después de todo

esto, el hombre con quien casaron a su hija murió a los pocos días. Por supuesto, si hubieran sabido que iba a morir en tres días, nunca habrían casado a su hija con él. Esto no significa que no haya base para estos

cálculos. Es solo que estos cálculos son muy limitados en alcance y su importancia está exagerada.

La muerte de una persona generalmente está determinada en relación con sus ciclos solares, que son aproximadamente de doce años cada uno. En otras palabras, la fase o segmento del ciclo solar en la que morirás está en gran medida determinada. El día y la hora no son muy relevantes porque no necesariamente tiene que suceder exactamente así. Puedes tomar algunas respiraciones más, o algún médico puede inyectarte algo, y puedes vivir un poco más. Todas estas cosas pueden suceder. Pero si tienes la percepción necesaria y miras a una persona, se podría determinar fácilmente en qué segmento del ciclo solar él o ella se irá. Ha sucedido que parece que la persona va a morir en tal y tal momento, incluso sus parámetros médicos indican la muerte, pero aun así he dicho que no van a morir ahora. Eso es porque están en el segmento incorrecto de su ciclo solar para morir. Incluso en su segmento designado, si superan esa enfermedad o situación, pueden no morir porque la muerte puede posponerse para algunos ciclos más.

Hay muchas historias históricas indias donde las personas han elegido un momento determinado para irse. No solo yoguis muy realizados, incluso reyes y otros han elegido cuándo morir. Estoy seguro de que todos han oído hablar de Bhishma, 2 por supuesto. Estaba completamente atravesado por flechas durante la guerra del Mahabharata. (Que estaba acostado en un lecho de flechas es más una expresión poética del hecho de que tenía muchas heridas de flechas.) Sin embargo, se quedó hasta ese momento porque su segmento no había llegado. Quería morir en Uttarayana 3 porque quería partir en un cierto segmento solar.

Las predicciones se basan en estimar la probabilidad de que ocurra un evento, basándose en ciertas cosas que podrían resultar precisas.

En este momento, puedo mirar el cielo y decir si lloverá hoy o no. He acertado el 90 por ciento de las veces, pero a veces me equivoqué. Es lo mismo con la vida. No hay una estimación perfecta, pero cuanto más conocedor seas, más precisas pueden ser tus estimaciones.

Predecir la muerte es también así.

Es como si miras la velocidad, el ángulo, las condiciones ambientales y todo eso, puedes decir con cierta certeza dónde caerá el proyectil. Cohetes, misiles, disparos de artillería o una pelota de golf son afectados por

ajustar el ángulo y la velocidad del proyectil. De manera similar, leyendo tu energía, cómo estás trabajando tu Prarabdha Karma y varios otros aspectos de ti, podemos decir: 'Está bien, así es como será la trayectoria de la vida'. Basado en esto, en esta cultura, era común que alguien bien versado en estas cosas mirara a alguien y dijera que la muerte se acercaba para esa persona. Entonces dirían: 'Mejor vete a Kashi [4] ahora'. Pero algunas personas fueron a Kashi y terminaron viviendo allí durante veinte o treinta años. Eso también ha sucedido.

Con cálculos elaborados, se puede decir cuántos años durará tu cuerpo. Pero en el medio, si comienzas a hacer Inner Engineering, [5] puedes sorprender al que hace la predicción, porque esas prácticas pueden cambiar la trayectoria de tu vida y él no pudo tener eso en cuenta. Por eso, tradicionalmente, los astrólogos decían: 'Si estás en el camino espiritual, no haremos una predicción para ti'. Porque con prácticas espirituales, estás alterando estos cálculos. Puedes morir antes o mucho después.

Todas las otras cosas que él dijo también pueden suceder o no.

Las predicciones pueden ser precisas o erróneas, pero cuando la muerte es inminente, puede percibirse de diferentes maneras. Si estás cerca de animales, verás que ciertos animales pueden sentir la muerte. Perros, gatos, cobras y muchos otros animales carnívoros también pueden oler la muerte porque, de alguna manera, la muerte tiene un olor. Todos los aspectos más sutiles de lo físico tienen sus propios olores. Todos los carnívoros tienen un sentido del olfato especial porque todo su proceso de supervivencia está en sus fosas nasales. También tienen oído y visión, pero no son tan agudos como su sentido del olfato.

Si quieren saber algo, no miran, simplemente lo huelen.

Así que, como tienen un sentido del olfato tan agudo, la mayoría de los animales carnívoros conocen la llegada de la muerte. Incluso pueden oler la muerte con anticipación.

No meses antes, pero dentro de cuarenta y ocho días definitivamente se puede sentir.

Los seres humanos también pueden saberlo. Por ejemplo, con el tipo

de dieta que nuestros brahmacharis comen, muy fácilmente uno puede desarrollar un sentido del olfato muy agudo para este tipo de cosas.

Una vez que los vayus 6 comienzan a salir, hay un cierto olor a ellos. Esto es algo que incluso la ciencia moderna está descubriendo. Han encontrado que los humanos tienen un 'olor a muerte' único que se puede usar para entrenar perros para encontrar cadáveres humanos. Han aislado algunos ocho compuestos químicos clave

que conforman el olor humano de la muerte. ¡Dicen que los humanos comparten esto con los cerdos, por la razón que sea!

Incluso puedes oler un fantasma porque un fantasma es solo una forma física sutil que se puede oler. Todos los perros pueden hacer esto. Cuando hay un fantasma, comienzan a ladrar porque pueden oler el fantasma. No pueden ver, pero pueden olerlo, por lo que se confunden. Van y se sientan en una esquina, meten la cola entre las patas y ladran. Pueden ver que no está pasando nada a su alrededor, pero hay alguna actividad en marcha, lo que los pone muy nerviosos.

Sin embargo, el olor no es el único indicador de la muerte. Incluso puedes ver la muerte venir. Esto sucedió con uno de nuestros residentes en el Centro de Yoga. Justo antes de un gran evento en Erode un día, estaba hablando con tres o cuatro de nuestros maestros sobre los arreglos para el evento. Este residente, que también era maestro, estaba allí. Su esposa también era maestra y ella también estaba allí. Lo miré y no hice nada. Simplemente lo ignoré. Ahora, nunca miro a una persona y la ignoro.

Eso no está en mí en absoluto. Quienquiera que sean, al menos asentiré o haré *namaskaram* o les sonreiré. Definitivamente reconoceré su presencia de alguna manera. Siempre. Entonces, después del evento, de repente me vino a la mente este incidente, '¿Por qué hice esto? No lo reconocí'. Pensé, '¿Por qué?' Luego, a la noche siguiente, pregunté, '¿Dónde está él?' Dijeron, 'Se ha ido al Himalaya'. Lo dejé pasar; no le presté atención.

Sabes, en nuestras vidas, no hay tiempo para detenerse en nada, dado el ritmo al que ocurren los eventos en Isha. Si hubiera habido un poco de tiempo para detenerse en eso, habría sido diferente. Pensé en esto y lo dejé.

Tres días después, simplemente se ahogó en un arroyo en el Himalaya.

Cuando estaba frente a mí, había una cierta falta de presencia que era tan evidente que no respondí a él físicamente parado frente a mí.

Cuando hay una muerte inminente, los límites definidos del cuerpo estarán algo difusos, lo que diluirá la presencia física de uno en nuestra visión. La experiencia de lo físico es esencialmente debido a sus límites definidos; cuando eso está difuso, nuestra experiencia visual se reduce. Si no hubiera estado tan enfocado en subir al escenario para el evento, si hubiera prestado un poco de atención, se lo habría dicho. Y normalmente—al menos era así en ese momento—si alguien quería ir a los

Himalayas o a lugares similares, siempre me lo decían antes de ir. Pero estas personas—el residente, su esposa y algunas otras personas—decidieron ir sin decírmelo. Su muerte ocurrió accidentalmente, pero si no hubiera ocurrido de esa manera, habría sucedido de alguna otra forma. Se dirigía hacia ello, y era tan visible, pero no presté suficiente atención en ese momento.

Entonces, ¿hay señales que una persona común pueda observar para poder predecir la muerte de alguien? Sí, definitivamente. La transición de la vida a la muerte es una transición de un cierto nivel de dinamismo a un cierto nivel de inercia.

Cuando esto sucede, hay ciertas cosas que ciertamente puedes notar dentro de ti. Hay ciertos signos seguros que pueden decirte, pero es un proceso tan complejo que siempre puede fallar. Otra razón por la cual esto es difícil es que las personas ya no son sensibles a lo que su cuerpo expresa a diario. El cuerpo sigue cambiando todo el tiempo, incluso a diario, incluso dentro del día, el cuerpo está cambiando todo el tiempo. Con todo, nos hemos modernizado, así que no sabemos nada sobre estos aspectos. La mayoría de las personas ni siquiera saben cuándo es luna llena o luna nueva sin mirar el calendario. Pero el cuerpo lee claramente estas cosas. Si puedes leer estas expresiones, definitivamente sabrás hacia dónde se dirige el cuerpo.

Algunos signos muy simples son muy notorios en los órganos sensoriales. Por ejemplo, una persona para quien esta transición hacia la muerte ha comenzado no podrá mirar la punta de su nariz. Incluso una persona con una nariz corta aún puede mirar la punta de su nariz en condiciones normales, pero cuando el proceso de la muerte ha comenzado, tus ojos no podrán enfocarse. Para aquellos que practican *Bhrumadhya Sadhana*, 7 de repente verán que los ojos vagarán como si estuvieran sueltos. No pueden ir allí. Con la respiración también, es muy notorio. Cuando respiras, si observas con cuidado, verás que una vez que el proceso de la muerte está cerca, la respiración no llegará al lóbulo inferior del pulmón. Respirarás principalmente desde los lóbulos medio y superior. Es para ayudar a los órganos a cerrarse uno

por uno. Pero tal vez eres asmático, o alguien que respira así la mayor parte del tiempo, así que no tienes que pensar, 'Voy a morir'.

Si eres muy consciente de los diferentes *agnis* 8 en el cuerpo, notarás cuando ciertas dimensiones del fuego se han ido. Una vez que se han ido,

sabes que es solo cuestión de una cantidad limitada de tiempo. Prever la muerte hasta cuatro a seis meses es muy posible. Entonces, en ese momento, si te vuelves meditativo, te irás pacíficamente y con alegría, y el cierre ocurrirá bien. De lo contrario, si luchas y haces esto y aquello, te irás de maneras feas; puede volverse doloroso y perturbador.

Puedo decir algunas cosas más al respecto, pero debemos entender las consecuencias de lo que decimos. Las personas no se lo guardarán para sí mismas.

Mirarán a alguien, y si su barba parece un poco amarillenta, harán una predicción de que esta persona morirá en tres días porque alguien les dijo que es un signo. No se quedarán callados al respecto. Se lo dirán a esta persona y a todos a su alrededor que va a morir en tres días. Incluso se reunirán a su alrededor solo para ver que la predicción se cumpla. El nivel de confusión y tonterías que crearán será enorme. Y si esta persona no muere, ¡pueden pensar que tienen que ayudarlo! No estoy diciendo que no haya relevancia alguna en saber cuándo uno morirá. También podríamos ayudar un poco más a las personas con esto. Pero no se puede decir cómo la gente usará o malinterpretará estas cosas o se confundirá completamente. Sobre todo, si notan algunos signos en sí mismos, ya sea correcto o incorrecto, pueden pensar que van a morir en tres días. Y en lugar de volverse más tranquilos y calmados, se volverán temerosos. Todo esto es posible.

Por eso se dice que debes estar listo para la muerte en cada momento de tu vida. Debes vivir tu vida de tal manera que si cayeras muerto al siguiente momento, aún la habrías terminado razonablemente bien. Intentar lidiar con eso en el último momento no es la manera. Además, si entiendes que eres mortal, lo miras todo el tiempo. Y si lo estás mirando todo el tiempo, lo notarás. Cuando sea el momento, sabrás cómo sentarte en un lugar propicio y morir. Esa es la mejor manera.

Energías Negativas

Usar energías negativas para causar daño a alguien más es una

práctica muy antigua en el mundo. En India, hicieron toda una ciencia de ello. De los cuatro Vedas, 9 el Atharvana Veda trata sobre prácticas ocultas. También habla extensamente sobre cómo usar las energías a tu favor y para

perjuicio de otra persona. Explica cómo, si alguien que tiene dominio sobre esto quiere usarlo, se puede causar un sufrimiento extremo e incluso la muerte.

No hay duda de ello. Una forma simple en la que las personas intentan herir a otros es a través de una maldición. Ahora, ¿qué es una maldición? Es un cierto nivel de pensamiento negro, negativo, que se dirige hacia ti. Debido a esto, te enfermas. Cuando esto sucede, si no encuentras un buen doctor, puedes volverte mentalmente inestable o incluso morir. En los viejos tiempos, la mayoría de las personas que se volvían mentalmente inestables morían en muy poco tiempo porque hacían algo que los mataba. O eso o no comían y simplemente se debilitaban. Solo cierto tipo de personas que estaban en un estado de locura pacífica o locura agradable duraban mucho tiempo.

Es posible que las maldiciones incluso maten a la persona que maldice. Si no saben cómo liberar el veneno que generan, podría matarlos. O podría matar a alguien más. En este momento, digamos, alguien quiere maldecirte hasta la muerte. Han generado una cierta cantidad de oscuridad en sus mentes y la liberan, pero resulta que estás un poco lejos, o de alguna manera, no estás disponible para esto. Otra persona que se encuentre cerca puede recibir la maldición y morir en su lugar. Esto es como cada vez que disparas un arma, no es necesario que golpees a la persona a la que apuntas; puedes golpear a un espectador. De hecho, es un espectador el que recibe el golpe la mayor parte del tiempo.

Algunas personas sufren niveles inexplicables de tragedias o disturbios después de visitar cierto lugar. Todo sale mal en sus vidas.

Luego, de repente, se recuperan un día y se sienten bien. Es muy peligroso decir estas cosas porque entonces las personas comenzarán a imaginar cosas y crearán mucho drama al respecto. Pero al mismo tiempo, es muy posible que otras influencias de las que no son conscientes los hayan tocado.

Hoy en día, no necesitas preocuparte demasiado por las personas que intentan hacerte daño porque no hay muchas personas que puedan hacer artes ocultas o negras.

Incluso si hay personas que afirman hacer estas cosas, sus capacidades son dudosas. En el pasado, todos tenían un médico brujo de familia al igual que tenían un médico de familia o un abogado. Esto solía ser así en el sur de India y hasta cierto punto en el norte también: no hacían nada

sin consultarlos. Esa tradición ha muerto más o menos por completo.

Lo que vemos de estas cosas hoy en día es mayormente un miedo exagerado y poca comprensión de la tradición. La imaginación humana no tiene control y, desafortunadamente, hay muchos charlatanes que están usando el miedo como la clave. Si hay miedo, el impacto negativo seguirá ocurriendo, porque el miedo en sí mismo es un arte negro. De lo contrario, ¿por qué la gente se asustaría en una película de terror?

Gritan, se toman de las manos con miedo, algunos incluso se levantan y huyen, cuando todos sabemos que es solo luz cayendo del proyector. Si simplemente pones tu mano sobre el proyector, el fantasma se acaba. Todos saben esto. Aun así, todo el drama sigue ocurriendo. La gente no está actuando con miedo; realmente les está sucediendo. Entonces, en muchos casos, el miedo en sí mismo puede funcionar como arte negro: no tienes que hacer más.

Esencialmente, todo el Atharvana Veda trata sobre cómo usar tus energías para crear bienestar o destruir la vida de uno. Porque estas artes son como espadas de doble filo; puedes manejarlas en ambas direcciones. Manifestar o evitar enfermedades, la muerte o desastres también es posible. Si uno quiere poder matar a alguien, no es tan simple. Se necesita mucho para realmente causar la muerte de alguien a menos que logren poner algo en la comida. No me refiero a un veneno químico; hay ciertas formas energéticamente cargadas que podrían ponerse en la comida, lo cual entraría en el sistema. Dependiendo de cuán vulnerable seas a estas cosas, según ese ritmo e intensidad, estas cosas crecerían dentro de ti. A medida que crecen en el sistema, destruyen lentamente todo sobre la persona. Eventualmente, puede causar la muerte. Pero para poder hacer esto, uno necesitaría acceso a la comida de la persona. Sin eso, causar la muerte de alguien requeriría mucho. Creo que hoy en día solo hay un puñado de personas en el mundo que podrían hacer eso, ya que adquirir tales capacidades demandará un esfuerzo extremo y riesgo para su propio bienestar y vida. Esto, afortunadamente, es un elemento disuasorio.

La mayoría de estas personas están usando la psicología del miedo

para hacer que las cosas sucedan, pero ciertamente pueden causar mucho disturbio. Más allá de los factores psicológicos, pueden causar estragos en el sistema energético y, a su vez, en el cuerpo.

En términos de disturbios, es relativamente más fácil perturbar a las personas mentalmente. Esto es especialmente así para las mujeres. Una mujer tiene una mayor

responsabilidad biológica de tener un hijo y mantener la raza, por lo que pasa por fases en su fisiología, lo que la hace vulnerable en ciertos momentos.

En términos de daño, dañar el cuerpo no es tan fácil de hacer. El cuerpo es un organismo que se reinventa todos los días de muchas maneras.

Cuando digo reinventarse, digamos, comes 1 kilogramo de comida. De este kilogramo de comida, al menos unos 300–400 gramos se convierten en el cuerpo. Así que una cierta reinvención y reciclaje está ocurriendo en el cuerpo. Debido a que se está reinventando todos los días de cierta manera, el cuerpo tiene su propia protección. Si quieres hacerle algo al cuerpo, digamos, causar alguna enfermedad a la persona, se necesitará mucha más capacidad para hacer eso que para asustar psicológicamente a alguien. El contenido de la mente sigue girando sobre cosas viejas, así que asustar psicológicamente a alguien es lo más fácil de hacer.

De los cinco elementos que componen nuestro cuerpo, el agua, debido a su naturaleza líquida, es el más fácil de influir. En la ciencia de *bhoota shuddhi*, 10

el pensamiento, la emoción y la sangre están bajo la gestión del elemento agua. Considerando su vulnerabilidad, es natural que las malas intenciones apunten hacia el elemento agua en nuestro sistema. Si alguien quiere hacer algo fisiológicamente, lo más fácil de afectar es la sangre. Cuando alguien está bajo algún tipo de energías negativas o ese tipo de influencia, su análisis de sangre se volverá loco. Este es siempre el signo. Esto no está de ninguna manera conectado con ninguna de las funciones de los órganos. Todos los días, se manifestará de manera diferente porque la sangre es la parte fluida de quién eres. Después de la mente, la sangre es lo más susceptible. Lo siguiente que puede ser afectado es tu hígado o tus riñones porque, una vez más, ciertas cosas fluyen a través de estos. Pero si alguien quiere causar un ataque cardíaco a una persona, eso es muy difícil, porque el corazón solo bombea:

no hay proceso químico. A veces, hay ciertos tipos de personas que logran causar trastornos neurológicos también. Pero en general, estos son los principales tipos de daño que pueden causar a una persona.

En el siglo XXI, es muy difícil creer que tales cosas son posibles, pero desafortunadamente existen. Sobre todo, es la vulnerabilidad del miedo la que generalmente hace gran parte del trabajo. Si uno, ya sea a través

de la devoción o la meditación, llega a un sentido de valentía, esa es la forma más simple de estar por encima de tales artes básicas.

Cómo Deshacerse del Impacto Negativo

Si uno ya está sufriendo los efectos negativos de las artes oscuras, ¿cuál es la mejor manera de deshacerse de estos efectos? Hay muchas maneras de resolver estas situaciones; una manera simple es estar en el espacio del Dhyanalinga durante tres días. Si te das cuenta, hay dos santuarios en la misma entrada del Dhyanalinga: los santuarios Vanashree y Patanjali.

Juntos, forman un ángulo de 15 grados con el Dhyanalinga. Esto se crea para que estas influencias negativas se eliminen cuando las personas entren en el espacio, incluso antes de que busquen cualquier otra cosa. Si las personas simplemente caminan en ese espacio durante unos 60 o 70 pies hacia el Dhyanalinga, estas negatividades serán eliminadas.

La mente humana es una estructura con un millón de habitaciones. Cuando uno accidentalmente entra en un nuevo segmento de su mente, lo que saben o no saben y su carácter básico puede cambiar; a veces incluso pueden surgir nuevos idiomas. Y esto podría ser fácilmente malentendido como estar poseído por una nueva fuerza. Una vez dentro de la cúpula, aquellos que piensan que están poseídos por algunos seres o que están impactados por el ocultismo y tales problemas deben sentarse dentro del ángulo de 15 grados frente al Dhyanalinga o detrás de él. Ese espacio ha sido creado especialmente para eliminar estas influencias. Las personas que están afectadas por estas influencias negativas deben venir al Dhyanalinga en tres días específicos: un día antes de la luna nueva, en la luna nueva y el día después de la luna nueva. Deben ofrecer un limón en cada uno de estos días al Dhyanalinga. También pueden sentarse en el Linga Bhairavi11 y hacer un *abhishekam*, y se acabará.

Un Linga Bhairavi Yantra 12 también puede definitivamente

encargarse de ello. Si uno tiene una forma de energía tan poderosa en su casa, no hay preocupación. Pero el Linga Bhairavi Yantra tiene un alcance limitado que es efectivo solo para alrededor de 2000–2500 pies cuadrados. Incluso eso depende del diseño de la casa. Supongamos que una casa tiene forma de zigzag, entonces los bordes de la casa pueden estar fuera de alcance. El Linga Bhairavi Avighna Yantra puede funcionar para

4000 pies cuadrados, pero, nuevamente, necesita estar ubicado centralmente en la casa para un beneficio máximo. Si las personas están en contacto con él, las energías negativas no las afectarán individualmente. Eso es seguro.

Tener un Linga Bhairavi Yantra o Avighna Yantra puede no ser posible para todos. Así que una solución simple es venir y pasar algún tiempo en el Dhyanalinga. Es un gran yantra. Pueden venir y usarlo. Si hay algo muy serio, donde pensamos que algo terrible puede sucederles, podemos preparar algún otro dispositivo, pero solo lo hemos hecho una o dos veces. Requiere mucho trabajo hacerlo. No es el tipo de trabajo bueno, no el tipo de trabajo que me gusta. Consagrar un Adiyogi o una Devi o algo así es una alegría. Estas son cosas terribles de hacer, pero son útiles.

Si hay una fuerte sadhana, uno no tiene que preocuparse por todas estas cosas. Para una persona así, todas estas cosas no importan. Por ejemplo, si los brahmacharis se sientan en Siddhasana, 13 con los ojos intensamente hacia arriba, todo se acabará en dos minutos. Entonces uno puede ir y dormir en el crematorio y aún estar perfectamente bien. Dijeron que Shiva siempre dormía en el crematorio para transmitir que no importa dónde diablos estés, cuando, internamente, estás completamente encendido. Pero para las personas comunes que están constantemente influenciadas por lo que les rodea, se necesitan purificaciones periódicas. De lo contrario, lentamente, se establecerá la inercia.

Estas no son cosas grandes. Pero estas pequeñas cosas pueden ralentizar a las personas.

Esto les está sucediendo a las personas todo el tiempo. Podrías haberlo recogido en muchos lugares; no lo sabes. Puede venir de la comida que comes, los lugares por los que caminas o el aire que respiras. Podría ser incluso solo los ambientes en los que entraste o ciertos espacios con los que entraste en contacto, y así sucesivamente. Puede hacer la vida difícil porque, ahora, cierta inercia se ha establecido. Es peso extra, eso es todo. Pero si tienes solo un poco de carga extra,

verás que todo de repente se vuelve mucho más esforzado. Así que siempre es mejor hacer algún tipo de limpieza periódica de estas cosas.

Tradicionalmente, había sistemas en esta sociedad donde las personas pasaban periódicamente por alguna limpieza. Este es también el significado de las personas que se sumergen en el río en todos los lugares sagrados en India. Vas y te sumerges tres veces en el río—en agua corriente—se convierte

en una gran limpieza. Esta es una razón por la que las personas se bañaban en los ríos. Es una forma simple de limpiarse de estas influencias. Por supuesto, hoy en día, no puedes sumergirte en un río porque hay muy pocos ríos que fluyen, y incluso esos están muy contaminados. Pero si hay un buen río, y si te bañas todos los días en el río, esa es una forma simple de lavar todo. Es *klesha nashana*, 14 donde, en lugar de fuego, usas agua corriente para limpiar. Una ducha no es muy efectiva para esto porque, en la mayoría de los lugares, la ducha no tiene tanto volumen de agua para hacer una diferencia. Usar al menos un balde es mejor.

Teerthakund, 15 por supuesto, hará el trabajo. La lluvia también es un buen klesha nashana. El agua de lluvia puede hacer maravillas en la energía de uno. Estas son formas simples en las que uno puede protegerse de los pequeños fragmentos de influencias negativas que uno puede haber recogido inconscientemente.

Suicidio: Una Perspectiva

El suicidio es una clasificación de la muerte que se ha convertido en una epidemia creciente de nuestros tiempos, a pesar de que nuestra generación de personas tiene más comodidades y conveniencias que cualquier otra en la historia de la humanidad.

Hoy en día, hay muchos estudios que sugieren que un gran porcentaje de la población ha contemplado el suicidio al menos una vez en su vida. Entre estos, un porcentaje significativo de personas ha intentado suicidarse al menos una vez. Actualmente, en los Estados Unidos, más personas se suicidan cada año que las que mueren por homicidio y guerra juntos. Y más personas mueren por suicidio que por accidentes de tráfico en tiempos recientes. Esto es un indicador de que algo está yendo muy mal con la humanidad. Entonces, ¿hay alguna razón o causa para que tantas personas se sientan suicidas? Bueno, realmente no hay una buena o mala razón para suicidarse. Solo necesitan una razón, eso es todo. Y puedes hacer que cualquier razón sea lo

suficientemente buena si quieres. Si quieres, hoy, desde la mañana hasta la noche, puedes encontrar cien razones por las que no deberías vivir. En cuanto a mí, siempre estoy buscando una razón para vivir. 16 De lo contrario, no tengo ninguna razón. Así que no es una cuestión de una razón más alta o más baja; es solo que las personas encuentran una razón, algo que los empuje lo suficiente para hacerlo.

Para la mayoría de las personas, se sienten suicidas porque la vida no está sucediendo como quieren. Excepto por razones médicas, el resto se debe en gran parte a expectativas poco realistas. Solo eres una diminuta mota en esta Creación. Si te miras en el contexto de la Creación en su totalidad, no eres nada. Si entiendes que no eres nada, estarás muy contento de que las cosas estén sucediendo hasta cierto punto.

Estarás muy contento de que cuando eres un absoluto nada, cuando no sabes una cosa de otra, cuando estás sentado en este planeta, en medio de la nada, en esta vasta existencia, al menos estás respirando, tu corazón está latiendo, estás viviendo y todo está funcionando bien. No sabes nada, ni puedes controlarlo, ni puedes manejarlo, pero aún así está sucediendo bien. Así que si entiendes el contexto real de la vida, solo estarías muy contento de estar vivo.

Una vez sucedió: un vendedor decidió aventurarse en un nuevo desarrollo de viviendas. Pensó que ningún otro vendedor habría ido allí porque era un nuevo desarrollo. Quería ser el primero, el madrugador. Así que llamó a la primera casa que vio allí. Una señora vino y abrió la puerta. Sin darle la oportunidad de hablar, se deslizó en su casa, sacó un montón de estiércol de vaca de su bolsa y lo arrojó por toda la alfombra nueva. Dijo, 'Mira, tengo una aspiradora maravillosa.

Mira esto, limpiaré esta alfombra sin dejar el menor olor. Si no lo hago, comeré cada pedazo de este estiércol yo mismo.' La señora preguntó, '¿Te gustaría un poco de salsa de tomate para acompañarlo porque aún no tenemos electricidad en la casa?' Si sientes que tienes un mal trato en la vida, y deberías suicidarte por ello, lo que realmente necesitas es un poco de salsa de tomate. Comer solo estiércol, sientes que te estás muriendo. Con salsa de tomate, sabe un poco mejor, y entonces de repente quieres vivir. Hay muchas personas para quienes la vida no está sucediendo como quieren, pero no se vuelven suicidas porque tienen la esperanza de que mañana las cosas serán mejores. El pobre en la calle compra un boleto de lotería, así que tiene que vivir al menos un mes, hasta que salgan los resultados. Tiene la esperanza de que cuando gane la lotería, vivirá como un rey.

Después de que salen los resultados, hay la siguiente lotería para él. Así es como sigue adelante. No se vuelve suicida. Pero para el hombre rico, la lotería ya ha sucedido, y sabe que no hace mucha diferencia. Hay una profunda

sensación de desesperanza. No es que tengas que buscar conscientemente el suicidio.

Te volverás orientado hacia la muerte porque la experiencia de la vida se ha vuelto desagradable. Es natural que intentes esquivar cualquier cosa que sea desagradable. Por eso, a menos que hagas que tu experiencia de vida sea muy dulce, naturalmente te volverás orientado hacia la muerte, no hacia la vida.

Fundamentalmente, las personas quieren suicidarse porque de alguna manera no saben cómo manejar la vida. Es como si quisieras encontrar una solución permanente a una situación temporal en la vida. Eso es todo. O no saben cómo manejar sus emociones, pensamientos, enfermedades físicas, situación financiera o familiar: hay algo que no saben cómo manejar. Cuando estás atrapado en esa situación, puede parecer que es el fin del mundo en tu comprensión. Esencialmente, no sabes cómo manejar un aspecto específico de tu vida. Entonces piensas que lo mejor es acabar con la vida. Es ignorancia, ignorancia sobre la naturaleza de la vida.

En mi percepción, diría que alrededor del 5 por ciento de las personas se suicidan debido a enfermedades incurables que no saben cómo manejar. Es tan doloroso y horrible que sienten que es mejor morir. Otro 2–3 por ciento de las personas se suicidan porque están atrapadas en situaciones horribles: están en una zona de guerra, o en manos de un enemigo, o en algún lugar donde están siendo súper explotadas y no tienen forma de escapar de ello. Puede haber otro 10–15 por ciento que se suicidan por razones financieras porque se sienten atrapados en una sociedad gobernada por el dinero. Pueden tener una familia y quedarse sin dinero, y simplemente no saben qué hacer con ellos mismos. Terminarán en la calle y tendrán una vida horrible. No pueden imaginarse a sí mismos siendo como un hombre sin hogar por ahí mendigando comida y viviendo; simplemente no pueden imaginarse la indignidad de eso. Así que se suicidan.

Así que alrededor del 20 por ciento de las personas que se suicidan necesitan ser tratadas con compasión porque la vida ha sido cruel con ellos de alguna manera.

Estas son personas que están siendo torturadas por el mundo. El

mundo no es compasivo con ellos, y quedan atrapados en ciertos tipos de situaciones debilitantes. Desafortunadamente, deciden quitarse la vida, porque, si viven, es peor. Para estas personas, es el mundo el que

necesita ser arreglado. Se necesita mucho arreglo en el mundo porque a veces las personas se hacen cosas terribles entre sí.

También hay un pequeño porcentaje de personas que quieren acabar con su vida así porque sí, no por ninguna razón. No tienen nada más que hacer hoy, así que quieren acabar con ella. ¡Créeme, hay personas así! Estoy hablando de una vida que simplemente quiere terminar. No tienen sufrimiento, ni depresión, nada. Simplemente, sienten que quieren morir hoy. Podría decir con seguridad que alrededor del 2–5

por ciento de las personas tienen esa tendencia. Este es otro tipo.

Luego están aquellos en el camino espiritual que piensan que deberían acabar con ella.

Cuando alguien está evolucionando espiritualmente, llega un momento así porque su intelecto no es capaz de captar la profundidad de la experiencia que les está sucediendo. Así que, hoy, digamos, te sentaste en meditación y sentiste que no tenías cuerpo. Entonces lo primero que dice tu mente es, 'Tal vez estoy listo para irme.' Intentará interpretarlo como, 'Es suficiente; todo ha sucedido.' ¡Realmente! Hay personas en el Centro de Yoga que me escriben cada seis meses, diciendo, 'Creo que estoy listo para irme.' Pero cuando les pido que no coman una comida, ¡luchan incluso con eso!

Estas personas deben entender que su interpretación de lo que está sucediendo es completamente incorrecta porque no tienen un intelecto capaz de comprender qué diablos está sucediendo dentro de ellos. Para cada pequeña experiencia más allá del cuerpo, tu mente o intelecto puede comenzar a decir, 'Oh, estoy listo para morir.' No, no estás listo para morir. Es solo que con cualquier dimensión de experiencia más allá de la fisicalidad, piensas que es la muerte. No entiendes que hay toda una dimensión de la Existencia, que está más allá del cuerpo, que es para los vivos, no para los muertos.

Desafortunadamente, la mayoría de las personas entran en ese reino solo con la muerte, eso es un asunto diferente. Pero la naturaleza del intelecto es tal: 'Está bien, si esto no es vida, ¿qué más es? Esto debe ser la muerte.' Así que estas personas piensan que deberían morir.

Las personas que están en el camino espiritual y que sienten, de vez en cuando, que su tiempo ha llegado, necesitan una guía firme. Por eso

los procesos espirituales siempre se llevaban a cabo estrictamente bajo la supervisión de un Gurú. Tu proceso espiritual no es tuyo; es de él. Esto parece aterrador en el siglo XXI, pero se necesita mantener tanta disciplina en

los buscadores espirituales para que no haya posibilidad de que te lances a algo debido a las conclusiones erróneas que sacas en el proceso de tu evolución. Debes saber que si la vida no tiene suficiente sentido para ti, es obvio que no tienes suficiente sentido. En lugar de ver que 'me falta sentido,' estás proyectando que la vida no tiene sentido.

De las personas restantes, hay aquellas que se suicidan porque tienen una predisposición hacia el suicidio. Quieren terminar con la vida incluso si no hay estímulos externos para hacerlo. Si te das cuenta, siempre hay un pequeño porcentaje de personas que son suicidas no importa lo que hagas. No importa cómo los aconsejes o qué tratamiento les des, seguirán volviendo a ser suicidas una y otra vez. Por alguna razón, en estas personas, su software kármico ha desarrollado un fallo, y sigue intentando apagarse una y otra vez. Estos son de un tipo diferente. Para el resto de las personas, su impulso de suicidarse está fundamentalmente arraigado en la ignorancia.

Por lo general, las personas que están luchando mucho en situaciones difíciles nunca se suicidarán. Aunque mil cosas no sucedan como quieren, trabajarán más duro, pero no se suicidarán.

Pero las personas que se sientan en un lugar y piensan que la vida no está sucediendo como quieren se suicidarán porque están pensando en eso.

Probablemente, más cosas en mi vida no están sucediendo como quiero, que en tu vida. Pero no pienso en eso porque tengo mil otras cosas que hacer. Si te sientas solo en una habitación y sigues pensando en cuántas cosas no están sucediendo como quieres, sentirás ganas de acabar con tu vida. Así es.

Sin embargo, para la mayoría de las personas, esto de querer acabar con su vida es solo mucho drama. Por favor, ve, cada vez que te sientes suicida, es solo porque la vida no está sucediendo como quieres que suceda. Hoy, si la vida no va como quieres que vaya, quieres acabar con tu vida. Pero si las cosas mejoran un poco mañana por la mañana, comenzarás a hacer planes para el futuro. Mañana por la mañana, si algo está yendo bien, querrás vivir, y querrás vivir lo

suficiente como para tener tu tercer bebé. Incluso querrás tener nietos. Pero cuando todo parece sombrío, piensas en el suicidio. Este es un juego autodestructivo que estás jugando en tu mente; no tiene base existencial.

Socorro para los Suicidas

Si miras honestamente, en la gran escala de las cosas, realmente no tienes ninguna importancia en esta Existencia. Ya sea que mil burbujas floten en el aire o 999, ¿cuál es la gran diferencia? ¿Cuántos seres humanos como tú y yo han venido y se han ido? Pero algunas personas piensan que tienen un propósito dado por Dios y que Dios los hizo especialmente para algo. Ahora, cuando las cosas no suceden de esa manera, se vuelven locos porque tienen ideas tan grandiosas sobre sí mismos, se han vuelto demasiado importantes en su propio proceso de pensamiento. Una vez que te has vuelto demasiado importante en tu propio proceso de pensamiento, serás como un tirano, súper confiado y bombástico. Una persona tímida se sentará allí y se volverá miserable por la misma razón. Entonces, entre los dos, ¿quién es más estúpido? Creo que el miserable es más estúpido. Pero un tirano puede causar más dolor. El miserable causará dolor a sí mismo, pero el bombástico causará dolor a todos los demás. Bueno, no te estoy reprendiendo por tu estupidez, ya que la palabra estúpido simplemente significa estar asombrado o aturdido. Cuando uno está aturdido por el drama que está ocurriendo en su espacio psicológico, el valor fenomenal del proceso de vida se perderá para ellos. Así que no te quedes estupefacto por tu propio drama psicológico.

La mayoría de las personas que quieren suicidarse lo hacen no porque el mundo los esté torturando; es porque se están torturando a sí mismos a través de sus propios pensamientos y emociones. Se llevan a sí mismos a este punto, simplemente porque no han intentado saber nada sobre la naturaleza fundamental de su propia existencia y la mecánica de la vida que son. Pequeños pensamientos y emociones tontos que crearon se convierten en un Universo en sí mismos. Cuando su Universo comienza a colapsar, piensan que deben acabar con su vida. Esto es simplemente porque no hay *Asatoma Sadgamaya*[17] en ellos. Son *asatoma*; han decidido vivir en la oscuridad. No importa lo que les des, convertirán eso en oscuridad, en un problema. Les das un proceso espiritual, también lo convertirán en un problema. Haz que se casen, lo convertirán en un problema; haz que se divorcien, lo convertirán en un problema. Haz que se eduquen, lo convertirán en un problema. Déjalos sin educación, lo convertirán en un problema. Pobreza, riqueza,

y todo lo convertirán en un problema porque están en la ignorancia. Eso es todo.

Ignorancia en este contexto no significa que no conozcas la ciencia nuclear. Ignorancia en este contexto significa que no sabes absolutamente nada sobre la naturaleza de tu vida. Estás tratando de vivir aquí sin explorar absolutamente nada sobre la naturaleza de tu vida. Estás ocupado con tu propio pensamiento, con tu propia emoción, con tus pequeñas cosas tontas que estás creando a tu alrededor. Estás viviendo en tu propio Universo. Debes entender que no hay tal cosa como *tu* Universo. Tu Universo es una ilusión. Por eso bendigo a todos para que cuanto antes te desilusiones, mejor será para ti. La gente dice, 'Oh, estaba desilusionado,' como si fuera una tragedia. No, es una gran posibilidad.

Con la desilusión, todas tus ilusiones se destruyeron. ¿No es fantástico?

Otra palabra positiva para desilusión es Iluminación.

La Iluminación es cuando todas las ilusiones colapsan. En este momento, mantienes selectivamente algunas ilusiones y otras colapsan. Si todo colapsa, estás Iluminado. Si aprendes a manejar tu desilusión con alegría, entonces no habrá pensamientos suicidas.

Mucha gente que amenaza con suicidarse lo hace solo para llamar la atención. A veces, sale mal: solo intentaron crear algún problema para todos, pero salió mal. Es algo terrible. También es cierto que lo que la gente pasa justo antes de suicidarse es peor que la muerte que sigue. Así que si alguien quiere suicidarse, la gente piensa, 'Oh, necesitan simpatía.' Pero si apruebas esto, entonces cada vez que haya una pequeña dificultad, las personas intentarán suicidarse. Por cada pequeña dificultad que alguien enfrente, pensará que es la situación más difícil y querrá irse. El momento en que traes esta aprobación a la estructura social y la psique social, demasiadas personas comenzarán a suicidarse. Es mejor que las personas entiendan esto: no creaste la vida, así que no tienes derecho a acabar con ella tampoco, ya sea la tuya o la de otra persona. Es así de simple. Hay situaciones de vida; algunas están bien, otras no están bien, algunas son horribles. Aun así, no te da derecho a quitarte la vida porque eres incapaz de crear una. Las personas que quieren suicidarse necesitan simpatía a veces, pero en su mayoría necesitan un poco de tratamiento y niveles muy cautelosos de desdén.

Una vez sucedió: un joven y una joven en una universidad local se

enamoraron.

Realmente se habían vuelto muy apasionados e intensos. Entonces, por supuesto, viniendo de familias tradicionales, los padres se interpusieron en el camino debido a distinciones de casta. Dijeron, 'De ninguna manera. Sobre nuestros cadáveres.' Por lo general, esta es una proclamación común que hacen los padres. Es solo una amenaza; no morirán. Si las familias no se oponen, la mayoría de los romances se desmoronarán. Pero en el momento en que se resisten, se convierte en una causa. Es como si estuvieran luchando contra una injusticia y la gente se alineará detrás de ellos. Así que siguió y sucedió un gran escándalo social. Cuando esto sucedió, los amantes pensaron que todos estos problemas eran por su culpa, así que decidieron que acabarían con sus vidas. Así que subieron a las montañas de Velliangiri.

En la cima de estas montañas, hay un lugar donde puedes dejar tu cuerpo. Desde allí, tienes una caída libre de 700–800 pies que te dará una caída libre sin tocar nada antes de ser aplastado en las rocas. Algunas personas han descartado sus cuerpos conscientemente, 18 otras caen y lo hacen. Así que el chico y la chica llegaron a la cima y se pararon allí, tomados de la mano. Estaban a punto de saltar, cuando la chica dijo, 'Raju, tengo mucho miedo. Tú salta primero.' (De alguna manera, el nombre del idiota en todas las películas románticas siempre es Raju). El chico estaba en plena forma, así que dijo, 'Ven, toma mi mano y salta.' Ella dijo, 'No, hazlo tú primero, luego vendré. Estaré justo detrás de ti.' El chico había visto demasiadas películas de Hindi, y saltó. La chica se paró al borde del acantilado y gritó, 'Oh, Raju, te amo.' Luego comenzó a pensar muy pragmáticamente. 'Ahora, Raju se ha ido. Mi amor se ha ido. Todo el problema se ha ido. Cuando el problema en sí ha terminado, ¿por qué desperdiciar una vida más?' Así que bajó, y como no podía regresar a casa, vino y se estableció en el Centro de Yoga Isha. Para muchas personas que están al borde del suicidio, solo un momento de distracción es todo lo que se necesita para evitarlo. La mayoría de las personas que lograron superar ese momento continuaron viviendo por

mucho tiempo.

Los que realmente quieren suicidarse generalmente se vuelven tranquilos. En las tradiciones yóguicas, dicen: si una persona se sienta sola en una habitación en la oscuridad, sin encender una lámpara o encender la luz, esto significa que o van a suicidarse o van a convertirse en un yogui. Ambos están

de alguna manera conectados. 'Me convertí en un yogui' significa, de alguna manera, conscientemente, me maté a mí mismo. Incluso el hombre que se suicida no tiene intención de matar el cuerpo. Quiere matarse a sí mismo. Como no sabe cómo hacerlo, porque piensa que el cuerpo es él, cuelga el cuerpo.

De lo contrario, solo habría colgado su personalidad. Así que si alguien se sienta solo, sin luz, con los ojos abiertos, sabes que la mayoría de las veces están destinados a suicidarse. Si es en el mundo en general, tal vez el 1 por ciento de las veces, pero si es en el Centro de Yoga, diríamos, el 10 por ciento de las veces se dirigen hacia algo más que es una posibilidad mayor. ¡Puede que estén practicando Samyama! 19

Ahora, ¿qué se puede hacer para las personas que se sienten crónicamente suicidas?

La ciencia occidental tiende a ver las tendencias suicidas solo desde el ángulo de la psicología y la fisiología. Aunque sus intervenciones están mejorando, están inherentemente limitadas a estos dos dominios. En Yoga, la fisiología y la psicología son solo consecuencias de algo más profundo. Tratar solo las consecuencias es como tratar los síntomas y no la dolencia. En Yoga, una tendencia suicida se considera el resultado de una aberración o distorsión a nivel energético de la persona. Para tales personas, solo traer una cierta cantidad de exuberancia a sus energías los sacará de ello. Hay herramientas y métodos para hacer esto, y es posible sacar a la mayoría de las personas de ello. El tiempo, la energía y la organización son las únicas barreras para esto.

Si traer exuberancia a sus energías no es inmediatamente posible, lo siguiente mejor que puedes hacer es volverte exuberante tú mismo.

¿No es cierto que si te sientes un poco deprimido sentado en una oficina sombría y entras en un hermoso jardín, todo se vuelve maravilloso y de repente te sientes mejor? Así que por favor, sé la flor para ellos. Con algo de fragancia y belleza, incluso aquellos que se sienten deprimidos o miserables se levantarán un poco. La depresión, la tristeza y la alegría son todas contagiosas. Tienes que decidir qué quieres contagiar al mundo. Si eres exuberante y están en tu compañía, puede hacer una gran diferencia. Pero hoy todo lo que estás dispuesto a dedicar es una línea telefónica. Puede que también ayude en cierta medida.

Como ya dije, no creaste esta vida. Así que no deberías hablar de

acabar con ella a menos que tu identidad como un ser separado o una persona separada haya desaparecido y tú y la Fuente de la Creación sean lo mismo.

Si llegas a ese punto de evolución, entonces puedes desechar tu cuerpo conscientemente. Se te permite hacerlo. Pero no se te permite hacerlo dañando el cuerpo o colgándote de un árbol. Una vez que estés muerto, no nos importa enterrarte bajo el árbol, pero colgarse de un árbol no es bueno ni para ti ni para el árbol. Además, ya sea que la vida haya sido un buen trato o un mal trato, si tienes un propósito mayor, todo es un escalón hacia tu bienestar final.

Ahora, la vida de cada uno es preciosa para ellos. Es naturalmente así. Pero si alguien ha ido más allá de eso y ha intentado quitarse la vida, si todavía están vivos, diría un absoluto *No* al suicidio. Pero si ya ha sucedido, deberíamos respetar su decisión y dejarlo ahí. A pesar de ser la cosa más preciosa, si alguien ha tomado el paso extremo de quitarse la vida, no importa cuán tonto nos parezca a ti y a mí, deberíamos respetar su decisión porque así es. Pero para aquellos que están vivos, no tienes derecho a hacer eso.

En términos de la estructura kármica, en términos de la evolución espiritual de un ser, el suicidio está 100 por ciento injustificado, no hay duda al respecto. Tienes que ver cada situación como una posibilidad para avanzar hacia la libertad en lugar de quedar atrapado. Si usas cada situación como un escalón, entonces no hay duda de suicidio. Si un proceso espiritual se activa en las sociedades, el suicidio puede desaparecer casi por completo, excepto en casos de trastornos mentales patológicos. Pueden hacer algo porque no está bajo su control lo que hacen.

Las Consecuencias del Suicidio

Para una persona morir por suicidio es una forma terrible de irse. Pero en términos de vida, ¿hay una diferencia en lo que les sucede después de eso? Debes saber, en términos de vida, ya sea suicidio o muerte natural o accidente o lo que sea, no importa cómo rompiste tu cuerpo. Ya sea que alguien rompió su cuerpo comiendo mal, o si alguien fumó y fumó, o bebió y bebió, o se enamoró de alguien y se rompió el corazón, o simplemente se disparó a sí mismo, para la Existencia, no importa cómo sucedió. Rompieron su cuerpo mientras el Prarabdha Karma aún estaba en curso. Eso es todo lo que le importa a la vida.

Sin embargo, importa cómo se trabajó hacia eso. Digamos, alguien fumó felizmente por elección y murió. Alguien más tuvo algún

problema financiero y se volvió completamente miserable por ello, y se rompió el corazón y murió. Aquí, las dos muertes son cosas muy diferentes. El fumador está mejor porque se llevó a eso con alegría, mientras que la otra persona lo hizo miserablemente. A la sociedad no le gustará que un fumador, bebedor o drogadicto pueda estar en un mejor estado cuando muere que alguien que está trabajando incansablemente. Pero eso puede suceder porque cómo uno trabajó hacia ello es importante. La existencia no tiene brújula moral. Se trata de la vida y los ingredientes de la vida, no de los juicios sociales o psicológicos. Socialmente, puedes pensar que estar por encima de diez personas más es algo grandioso, pero esta vida no piensa así. ¿Estás haciendo una experiencia agradable de ella para ti mismo, o una experiencia desagradable? Eso es todo lo que le importa a la vida y las consecuencias vienen en consecuencia.

Debes entender que, ya sea con suicidio u otro tipo de muerte, solo estás matando el cuerpo físico. Solo puedes matar el cuerpo físico, pero con eso, solo estás poniendo fin al Annamaya Kosha y las partes conscientes del Manomaya Kosha, eso es todo. No puedes acabar con ello completamente. Para eso, tienes que disolver las partes más sutiles del cuerpo, lo cual necesita algo más por completo.

Ahora, si matas el cuerpo físico, el resto del cuerpo, que aún está intacto, intentará encontrar otro cuerpo físico. Tendrá su propio alcance y limitaciones: según esto, elegirá el nuevo cuerpo. Puede elegir inmediatamente, o puede elegir después de diez años, o puede elegir después de cien años. La duración depende de ciertos factores. Hasta que ciertas cosas terminen, se quedará por ahí; no puede buscar otro cuerpo.

Se queda por aquí y allá no porque murieras por suicidio o muerte accidental o ataque al corazón, sino porque tu karma asignado no había terminado antes de la muerte.

Supongamos que tu suicidio está cronometrado de tal manera que tu Prarabdha Karma está casi terminado, entonces es tan bueno como una muerte natural. Si lo miras a ese nivel, en lo que respecta a este cuerpo, ya sea que alguien te mate o te mates a ti mismo, o si comiste en exceso y tuviste un ataque al corazón, o lo que sea, no importa. Si no vives correctamente, obtendrás una enfermedad y morirás.

Entonces, ¿llamarías a esto un suicidio? La sociedad lo llama suicida. Cuando alguien

se fuma hasta la gloria, dicen que es "suicida", pero no un suicidio. Pero si te lanzas de la montaña o si te ahorcas, solo entonces lo llamamos un suicidio. Pero estos son meros términos sociales, técnicos y legales. En términos de vida, ¿agotaste tu Prarabdha Karma o no? Este es el único factor que importa y determina lo que sucede después.

Esto sucedió hace unos treinta años. En ese momento, tenía una plantación de cocos y mangos, que había establecido desde cero, en un lugar muy remoto. Había un lago muy hermoso frente a mi granja. Las cosas iban bien. No había edificios adecuados allí, así que solía armar una tienda y quedarme en ella cada vez que iba a la granja. Era agradable de esta manera, me gustaba.

Esos eran mis días de motocicleta. A veces, tenía ayuda que cocinaba algo para mí; otras veces solía recorrer unos 5

kilómetros hasta un pequeño restaurante en el pueblo más cercano y comer algo.

Una mañana, estaba recorriendo el camino y, muy cerca del restaurante, vi que un grupo de personas se había reunido alrededor de un pozo. Me detuve para preguntar qué estaba pasando. Dijeron que una mujer se había tirado al pozo y se había matado alrededor de las 3.30 o 4.00 de la mañana.

Me senté allí en mi motocicleta, pensando un poco en lo que podría haber pasado por su mente, para que saliera de su casa a esa hora, en la oscuridad, y se lanzara al pozo. Debe haber luchado con lo que les pasaría a sus hijos pequeños y todo eso. Cualquiera que fuera el sufrimiento que estaba pasando, debió haber sido una gran lucha llegar a esa decisión. Estoy seguro de que definitivamente habría estado aterrorizada de saltar al pozo. Pero aun así, siguió adelante y lo hizo, probablemente golpeando las paredes del lado o cayendo en el agua y ahogándose lentamente. No sabemos cómo sucedió.

Nadie se había aventurado a entrar al pozo para sacar su cuerpo, así que me ofrecí voluntariamente. Bajé al pozo con una cuerda unos 85-90 pies y vi su cuerpo flotando a unos 3 pies por debajo del agua. Era una mujer muy joven, tal vez de unos veintitantos años. Sacarla no fue mucho esfuerzo: todo lo que tenía que hacer era atar la cuerda a su cuerpo y subir. Los aldeanos la sacaron.

Más tarde, fui a desayunar. Desde una edad temprana, los momentos en que masticaba mi comida siempre han sido momentos de enorme profundidad para mí. Aquí está pasando algo más: la comida que estás

comiendo se está convirtiendo lentamente en parte de ti. Algo que no eras tú se está convirtiendo en ti. Algo que estaba en el suelo en algún otro lugar, en el mercado, en el recipiente, en la estufa, de repente se está convirtiendo en parte de ti. Es un gran romance, en realidad. Esos momentos siempre han sido momentos de enorme profundidad para mí.

Así que me senté allí comiendo mi dosa, masticando lentamente. En ese momento, esta mujer aún me rodeaba. Me involucré profundamente con ella. En realidad, estaba pasando por todo el proceso de su vida: su dolor, sus miedos, sufrimientos y todo. Es muy difícil describir esto. Durante casi tres días y medio, me quedé en la granja sin hacer nada. Me senté allí bajo un árbol la mayor parte del tiempo, sin darme cuenta de la necesidad de comer y dormir.

Cuando las personas que trabajaban para mí sintieron que necesitaba comer, traían algo y lo dejaban frente a mí. De lo contrario, día y noche, solo me sentaba bajo este árbol. Y esta mujer estaba por todas partes en mí.

Cuando los jóvenes se suicidan, particularmente en un gran estado de angustia, permanecen mucho tiempo. La gente generalmente tiene miedo de ir o incluso pasar por lugares donde ha ocurrido este tipo de muerte.

Pero no es el lugar; es la persona. Si manejamos a la persona, entonces el lugar queda limpio. Este es el momento en que un ritual como Kalabhairava Karma, que veremos más adelante, se vuelve muy importante.

C A P Í T U L O 4

¿Se Puede Hackear la Muerte?

Cuando el cuerpo aún es fuerte, lo que está destinado a ser siempre se puede trascender.

Engañando a la Muerte

La idea de que la muerte es una catástrofe que debe evitarse a toda costa de alguna manera ha desencadenado esta búsqueda de hacer todo tipo de cosas ridículas con la esperanza de que podamos engañar a la muerte o salvar a alguien de las garras de la muerte. La imaginación de la gente ha sido alimentada por esto, en parte debido a muchos cuentos coloridos del folclore. Estas historias han creado mucha esperanza en las personas de que probablemente se pueda

engañar a la muerte. En cierta medida, esto también está alimentado por la ciencia ficción de los viajes estelares, donde ponen el cuerpo en una especie de congelación profunda o modo de sueño y luego se despiertan en otra era completamente diferente. Pero, fundamentalmente, al hacer ciertas cosas puedes posponerlo, pero no puedes engañar a la muerte; no puedes evitar la muerte.

En India, hay una creencia de que si alguien está en su lecho de muerte, entonces debes cantar el *Mahamrutyunjaya Mantra* o realizar el *Mrutyunjaya Homa*, lo que evitará la muerte. *Mrutyu* significa muerte, *jaya* significa victoria.

Así que se supone que el mantra y el *homa* te otorgarán la victoria sobre la muerte.

Sin embargo, las personas han estado haciendo el Mrutyunjaya Homa durante miles de años, ¡pero nadie ha sobrevivido todos esos años! Nadie ha ganado al mrutyu. Es una comprensión tonta pensar que ganar al mrutyu es vivir para siempre físicamente. Nadie ha tenido éxito en eso hasta ahora. Pero quien está más allá del cuerpo ha ganado a la muerte.

No estoy tratando de descartar el ritual completamente. Pero cómo se hace, quién lo hace y cuántos se han beneficiado realmente de él es cuestionable. Definitivamente, hasta cierto punto, algo podría haber sucedido, ciertas situaciones pueden haberse evitado. No hay duda de eso. Pero no debemos interpretar jaya como victoria. *Mrutyunjaya* puede

significar que has trascendido el miedo a la muerte. Si trasciendes el miedo a la muerte, de alguna manera, la muerte no importa. No he examinado el ritual en detalle, pero en mi comprensión, probablemente en tiempos antiguos, lo realizaban para dar libertad del miedo a la muerte. En algún momento del camino, los anuncios y los aspectos comerciales se apoderaron, y empezaron a decir que nunca morirás si haces esto.

Hace unos quince años, algo así llegó a nosotros. Una persona en Coimbatore llevó su propio horóscopo a un astrólogo por algún motivo. Al mirar el horóscopo, el astrólogo se sorprendió y dijo: 'Esta persona ya está muerta, ¿por qué me lo trajiste?' La persona se sintió muy perturbada por esto, por lo que consultó a algunos astrólogos más. Todos dijeron lo mismo: la persona cuyo horóscopo se suponía que era, estaba muerta. Finalmente, alguien lo trajo a nosotros.

Al mirar las energías de esta persona, señalé los lugares en el Dhyanalinga donde debería sentarse para fortalecer esos aspectos de su sistema de energía. Lo hizo y se fue a casa. Este es uno de esos horóscopos raros donde alguien vio claramente que moriría en este momento. Pero debido a su karma en esta vida o su sadhana o la forma en que vivió su vida o lo que sea, había superado ese momento previsto de muerte. De alguna manera, era un hombre muerto vivo. Así que dije: 'De todos modos, cruzaste una línea, crucemos una más', y le pedí que se sentara en diferentes lugares en el Dhyanalinga que habíamos marcado para él. Sin hacer preguntas, fue y se sentó allí. Si está vivo y bien hoy, es su mérito.

Recientemente, me enteré de que todavía está vivo y bien, y no tiene idea de cómo sobrevivió. Ahora, esto se convirtió en algo grande, y la gente empezó a preguntar: '¿Es posible evitar la muerte sentándose en el Dhyanalinga?' Mira, las personas mueren por diferentes razones. Y no estoy hablando de razones médicas. Digamos que dos personas están muriendo de la misma enfermedad, tal vez insuficiencia renal. Pero, energéticamente, no necesitan estar muriendo de la misma causa.

Pueden estar muriendo por dos causas energéticas diferentes: la energía puede estar saliendo de dos maneras diferentes.

Yoguis consumados a veces hacen ciertas cosas para evitar lo que de otro modo habría sido un momento de muerte para ellos. Hacen esto desacelerando todo en el sistema y entrando en estados de samadhi[1]

. Dicen que esto sucedió en la vida del santo indio Shirdi Sai Baba. Sufría de asma severa, y un día sufrió un ataque grave cuando sintió que iba a morir. Entonces decidió deshacerse completamente de la dolencia entrando en samadhi. Les dijo a sus discípulos que no habría signos de vida en su cuerpo durante algún tiempo y que deberían protegerlo durante tres días. Si después de tres días no había señales de su regreso, entonces debían enterrar el cuerpo en un lugar específico.

Esa noche entró en samadhi. Tanto su respiración como su pulso se detuvieron. Al día siguiente, los aldeanos vinieron y, preocupados de que estuviera muerto, querían al menos enterrarlo adecuadamente en el lugar que había indicado. Afortunadamente, uno de los discípulos de Sai Baba no se movió y evitó que lo hicieran, colocando el cuerpo de su Maestro en su regazo todo el tiempo. Finalmente, después de tres días, Baba mostró signos de vida y volvió a la normalidad. Vivió treinta y dos años después de eso, porque logró evitar la muerte en el

momento señalado al entrar en samadhi y recargar su sistema pránico.

En los estados de samadhi, tu sentido del tiempo se pierde porque solo se mide por el progreso y los ciclos de lo físico. Digamos que estás sentado en un salón con aire acondicionado que está uniformemente iluminado desde la mañana hasta la noche. La única razón por la que sabrás el tiempo es por el cansancio del cuerpo. A medida que avanza el día, tu cuerpo lleva el tiempo.

Cada tres o cuatro horas, te dirá que tienes que ir al baño. Te dirá que tienes sed. Te dirá que tienes hambre. Esta es la única forma en que sabrás el tiempo. Sin los ciclos del cuerpo, no sabes el tiempo. Así que si desaceleras los ciclos del cuerpo entrando en samadhi, puedes perder la noción del tiempo y, entonces, en tu experiencia, no hay tiempo. Así que lo que son diez años para otras personas puede reducirse a un año porque hiciste tus ciclos diez veces más lentos.

Entonces, para el reloj exterior, lo engañaste. Pero no engañaste al tiempo porque el tiempo no está en el reloj. El reloj es como tu vejiga. Lleva una cuenta de las cosas dentro de ti. No es que el reloj genere tiempo.

El tiempo es una dimensión completamente diferente. Solo por los ciclos físicos, porque la Tierra gira, porque el planeta gira alrededor del sol, llevas el tiempo con esas manifestaciones físicas

o expresiones físicas. Pero, en realidad, si no hubiera planetas, todavía habría tiempo. El tiempo es la plataforma para que exista la Creación. Sin él, la Creación no existiría.

Ahora, si desaceleras tu metabolismo, si respiras menos veces por minuto, vivirás más tiempo. No estarás engañando al tiempo. Es solo que desaceleras el cuerpo y estiras ese tiempo. Si te distancias del cuerpo, engañas al tiempo. El samadhi funciona así. Pero si congelas el cuerpo, pasarás por la vida sin experimentarla. Digamos que congelaste el cuerpo durante cien años y luego te despertaste. No ganarás ninguna vida porque no viviste esos cien años. Si estuvieras viviendo esos cien años, significaría algo. No exististe, solo apareciste después de cien años; es como un prisionero que cumplió veinte años en la cárcel y luego salió. No hay ganancia real en eso. Cuando es tan fácil reproducirse y tener un nuevo cuerpo, ¿por qué querrías preservar el cuerpo viejo? ¿Cuál es el punto? Esto es todo un sueño egipcio. Deberías ver cómo están ahora esas momias: toda basura seca.

Ahora, hay algunas otras situaciones o programas específicos donde le

decimos a la gente: 'No te preocupes, durante los próximos días o semanas, nos aseguraremos de que no mueras.' Una vez, sucedió que estaba en medio de un programa y trajeron a un brahmachari que había sido mordido por una serpiente. Dije: 'No morirá solo porque un reptil lo mordió. Esa cantidad de vida la hemos tomado en nuestras manos.' Y sobrevivió.

Ha habido algunas otras situaciones como esta; con el tiempo, algunas personas comenzaron a preguntar: 'Sadhguru, ¿puedes engañar a la muerte?'

No estamos engañando a la muerte. Solo nos aseguramos de que la vida suceda, ¡eso es todo! Ahora mismo, para estabilizar mi propio sistema, estoy usando cierta ayuda externa para hacerlo de cierta manera. 2 De manera similar, en los programas espirituales avanzados en Isha, actúo como una clavija para todo lo demás porque todo lo demás está conectado a mí en ese momento. Por eso somos tan horriblemente quisquillosos con cada pequeña cosa durante los programas. Somos quisquillosos con dónde se sientan las personas, dónde se paran, cuándo entran, cuándo salen, y todo eso. Si se levantan solo para ir al baño, no los dejamos, porque si no mantenemos la rigurosidad del ambiente, no podremos ser una clavija que sostiene y

apoya. Queremos que todo suceda de cierta manera, porque una vez que la situación se vuelve relajada, entonces manejarla se vuelve casi imposible. Cuando todos están enfocados en una dirección, es fácil hacer lo que tenemos que hacer con ellos. Cuando no teníamos la infraestructura necesaria y realizábamos estos programas en lugares externos, solían formarse muchos bultos del tamaño de limones en mi columna vertebral. Solían quedarse por dos o tres días porque ese es el tipo de tensión que estaba tomando el cuerpo. Ahora que tenemos nuestros propios lugares construidos, al menos un aspecto de eso está manejado. Es mucho más fácil hacer estos programas en un lugar que está dedicado a ello en lugar de hacerlo en un lugar donde todos los días está pasando algo nuevo.

Ahora, tomar la vida y la muerte de otra persona en nuestras manos es muy posible. Si lo ves de esa manera, puedes decir que cada vida tiene su propia trayectoria en cuanto a cuándo nace, cómo vive, lo que experimenta, cómo muere, y así sucesivamente. La esencia del proceso espiritual es llevarlos a todos a una trayectoria, no con cada uno yendo por su propia trayectoria.

Especialmente en un programa, lo básico es poner a todos en la misma

trayectoria. Si tienes a todos ellos enfocados de tal manera que en ese momento sus vidas se convierten en una trayectoria, entonces es más fácil sostenerlos.

Es más fácil asegurarse de que la vida suceda de cierta manera para ellos. Esto es lo que aseguramos en los programas. Si todos están volando en sus propias trayectorias, no puedes sostener a 500 personas juntas. No puedes asegurar estas cosas.

Esto no es infalible, pero es lo suficientemente infalible como para intentarlo. No es absoluto, pero es 99.9 por ciento absoluto. El resto depende de manejar la situación. No es solo esto; se está haciendo mucho más. Es solo que parecerá demasiado misticismo si hablo de ello.

Casi todos los días, al menos una docena de fotografías de personas que están en su lecho de muerte llegan a mí. La gente quiere saber si van a morir o no, o si se puede hacer algo para su recuperación, si es el momento adecuado para ellos, o si se puede hacer algo por ellos. Se maneja sin hacer demasiado drama al respecto. Podrías crear mucho drama al respecto y convertirte en un superhombre. Pero quiero poder salir y jugar al golf de manera anónima. Así que es mejor ser así.

En una sección anterior, 3 relaté cómo uno de nuestros maestros fue a los Himalayas y murió. Entonces, si es posible evitar o posponer la muerte en algunos casos, ¿se podría haber evitado su muerte? Si intentas tales intervenciones, hay muchas cosas que tendrás que hacer. En el mundo de hoy, debido a diversas situaciones culturales y de actitud, las personas no están disponibles para ti en esa dimensión. Tal vez las personas que están en el Centro de Yoga están disponibles hasta cierto punto, y podrías hacer algo con ellos. Pero ni siquiera ellos están completamente disponibles. La peor parte de esta vida moderna es que todo tiene que ser explicado. La vida no funciona así. Dime, ¿cómo estás vivo? Con toda tu ciencia, explícame, ¿qué te mantiene vivo ahora mismo? Te mostraré cuántos agujeros hay en tu explicación.

Como tienes que explicar todo, hay tantas cosas que no puedes hacer con las personas. Pondrán todo bajo su lente lógica limitada y llegarán a sus propias conclusiones. Solo puedes intervenir de alguna manera con unas pocas personas. El resto, no puedes tocarlos, porque sin una explicación lógica no puedes hacer nada. Esta es la naturaleza de la vida hoy. Simplemente decirle, 'No vayas,' no habría funcionado.

Entonces, ¿estaba destinado a ser así? No necesariamente. Cuando el

cuerpo aún es fuerte, lo que está destinado a ser siempre se puede trascender. Tal vez le hubiera pedido que realizara un sadhana largo, pero no habría cumplido solo porque se lo pedí. Si le hubiera dicho que guardara silencio durante cuarenta y cinco días, habría pensado que estaba siendo castigado y tal vez se habría escapado por la puerta trasera y la muerte podría haber sucedido de muchas otras maneras.

En el mundo de hoy, no puedes decirle a alguien, 'Simplemente haz esto.' Tienes que explicárselo, pero no es posible explicar estas cosas, porque, por un lado, puede que no sea lógico; en segundo lugar, no es tan blanco y negro. Incluso en tu propia percepción, no es como si fuera 100 por ciento seguro que esta persona va a morir. Parece que morirán. Hay ciertas indicaciones que dicen que la muerte está cerca, así que creo que pueden morir. Pero pueden no morir. Ves una zona gris, ves peligro y te retiras. Eso es todo. No puedes decir, 'Esto es; definitivamente va a suceder.'

Hay algunos casos donde puedes decir eso, pero esos casos son raros.

La vida no es así. Siempre hay una zona crepuscular.

Ahora, ¿por qué intervendría un Guru o alguien que es capaz de intervenir? Si hay razones espirituales, intervendremos. O en algunos momentos de compasión, podemos intervenir. Pero no es bueno intervenir todo el tiempo porque, después de todo, no estás evitando la muerte, solo la estás posponiendo. Cuando haces eso, lo que viene después puede no ser tan bueno como lo que ha llegado ahora. Así que no siempre necesitas intervenir. Pero, hoy en día, la moral del siglo XXI es tal que dirán: 'Podrías haber intervenido, pero no lo hiciste. Eso equivale a asesinato.' Las personas del siglo XXI piensan que son todas personas eternas; no van a morir.

¡Hasta que imprimas su obituario, no están muertos! Las personas están en ese estado de negación sobre su mortalidad.

El Baile de la Muerte

Ser capaz de resucitar a los muertos es una fascinación profunda para la mayoría de las personas. Para ellos, esa es la prueba definitiva de los poderes espirituales de alguien. La mayoría de las personas están viviendo como muertos de todos modos porque son inconscientes de muchas cosas dentro de sí mismos. Si las personas viven inconscientemente, es tan bueno como la muerte. Así que, de alguna manera, todo el proceso espiritual se trata de resucitar a los muertos. En ese sentido, resucitar a los muertos es mi trabajo, pero eso no es lo

que la gente está preguntando. Están muy interesados en saber si puedo hacer que un cadáver vuelva a la vida. Este es un deseo muy inmaduro que surge de algunos incidentes históricamente famosos.

En mi primer viaje a los Estados Unidos, me dirigí a una reunión donde un hombre muy religioso se levantó y preguntó: '¿Puedes resucitar a los muertos?' Yo dije: '¿Por qué haría una cosa tan estúpida?' Es una cosa estúpida porque los muertos deben permanecer muertos, ¿no es así? Si todos los muertos volvieran, ¿podríamos vivir aquí? ¿No estamos contentos de que todos estén muertos? Probablemente estás pensando en una persona—tu esposo o tu esposa o tu padre o tu madre o alguien así. Pero estoy hablando de todos los miles de millones que han muerto en este planeta hasta ahora, incluidos los dinosaurios.

Solo porque están muertos, es posible que vivamos aquí. ¿Y qué tipo de tonto traería de vuelta a los muertos? Solo alguien que no tiene ningún sentido de la vida y absolutamente ninguna percepción de la vida interferiría con el proceso de vida y traería de vuelta a los muertos. Transformarse uno mismo es una cosa, entrometerse y arreglar la vida a tu alrededor es otra cosa. La vida tiene

un proceso mucho más profundo de lo que puedes entender. Así que no lo cortes y te entrometas con él haciendo cosas tontas.

Una vez sucedió: era el sueño de una pareja anciana en Texas visitar Jerusalén, la Tierra Santa. Así que hicieron el viaje y disfrutaron cada paso que dieron allí. Tomaron el camino que Jesús caminó con la cruz y visitaron el lugar donde caminó sobre el agua y todo eso.

Desafortunadamente, en toda esta emoción, la esposa tuvo un ataque al corazón y murió.

Ahora, el director de la funeraria local vino y le hizo una oferta al esposo: 'Mire, podemos hacer todos los rituales para su esposa por solo $6000. Pero si quiere transportarla de regreso a Texas, le costará $24,000, y no sabemos cuáles serán los costos del funeral en Texas.' El hombre lo pensó y dijo: 'No, la llevaré de regreso a Texas.' Le preguntaron, '¿Por qué?

Esta es la Tierra Santa, este es el mejor lugar para enterrarla, y también es más barato.' Lo pensó de nuevo y dijo, 'No, la llevaré a Texas.'

Le preguntaron, '¿Por qué? No tiene sentido. ¿Por qué quiere hacer esto?' El hombre respondió, 'En Texas, los muertos permanecen

muertos.'

Históricamente, ha habido muchas personas que fueron declaradas muertas, pero volvieron a la vida después de algún tiempo. A veces, salieron de sus ataúdes incluso durante su funeral. Así que esta es también una de las razones por las que la gente busca algún milagro para devolver la vida a sus muertos. Pero estos no fueron casos de milagros o alguien entrometiéndose con la vida, sino de diagnósticos erróneos. Hoy en día, definir la muerte es un gran desafío porque la ciencia ha aprendido que la muerte no es un evento sino un proceso que podría dejar de progresar o incluso revertirse debido a varias razones. De hecho, médicamente, incluso tienen un término para ello: lo llaman el fenómeno de Lázaro, cuando alguien que fue declarado muerto vuelve a la vida después de algún tiempo, sin explicación.

En India, ha habido muchos casos en los que alguien murió y llevaron el cuerpo a un yogui o alguien así y luego la persona muerta fue revivida. Pero estos tampoco son 'resurrecciones' en el verdadero sentido. Es más como ir a un doctor de otro tipo. Principalmente, estas eran muertes causadas por mordeduras de serpiente. Cuando uno es mordido por una serpiente, el prana tarda mucho más en dejar el cuerpo. Mientras tanto, si el efecto del veneno desaparece o si hay una infusión externa de prana, entonces es posible que la persona sea revivida. Los médicos que trabajan con

muertes por mordedura de serpiente pueden haber visto esto: con ciertos tipos de mordeduras de serpiente, especialmente de la familia de las cobras o *naga*, cuando todo se ha hecho y la víctima aún no ha sido revivida, a veces si los pones en un ventilador, después de un tiempo, se recuperan, así nada más.

Experimenté algo así en mi propia vida. Me han mordido cobras al menos cinco o seis veces en mi vida. Una vez, casi me mata. Había recogido esta cobra, pero no noté que había dos de ellas entrelazadas. No era la temporada de apareamiento, pero por alguna razón, estaban juntas y, cuando recogí una, la otra cayó sobre mi pie y me mordió cuatro veces. Su veneno empezó a afectarme. Debe haber golpeado el hueso las primeras veces, así que siguió hasta que golpeó la carne y dejó salir el veneno. Una vez que el veneno entra en tu cuerpo, experimentas un tipo de dolor diferente. No es solo el tipo de dolor de mordedura o pinchazo.

Es como una inyección: cuando perforan una aguja, hay un tipo de dolor; cuando inyectan el medicamento, hay otro tipo de dolor. Así que puse la cobra a un lado y comencé a atender la mordedura.

Sabía, pase lo que pase, que no debía quedarme dormido. Esto sucedió en un área remota donde no había gente cerca. Tenía mi bicicleta conmigo, así que simplemente tomé mi bicicleta y fui a la casa más cercana que pude encontrar.

Había una mujer allí. Le dije que una cobra me había mordido, así que necesitaba mucho té. Ella se puso hiperactiva, pero fue lo suficientemente sensata como para hacerme una olla de té negro. Lo bebí y logré mantenerme alerta sin quedarme dormido o perder el conocimiento. Más tarde, regresé a casa.

Inicialmente, pensé en decírselo a mi padre porque era médico y me llevaría al hospital y haría algo. Pero entonces algo dentro de mí dijo: 'Qué demonios, veamos qué pasa.' Me sentía bien, pero mis párpados se sentían un poco pesados. Además, no quería asustar a mis padres ni atraer una atención indebida hacia mis actividades. Así que simplemente me senté e hice un poco de Yoga. No estaba haciendo Yoga para evitar el veneno, pero me sentía somnoliento, así que hice un poco de Yoga. Después de eso, cené temprano y me fui a la cama. En la mañana, estaba un poco aturdido, mis párpados hinchados y pesados, pero había sobrevivido.

Esto pudo haber sucedido porque la cobra probablemente no entregó una dosis completa de su veneno, o tal vez simplemente mantenerse despierto y resistir ayudó a superar sus efectos. No hubo manipulación de la vida aquí. Pero, en general, cuando una cobra muerde, hay una mayor posibilidad de resurrección porque el prana se retira más lentamente del cuerpo de lo habitual. Sin embargo, hasta el punto en que Udana Vayu se haya retirado completamente del cuerpo, la resurrección es una posibilidad, al menos en principio.

Hay algunos procesos tántricos para hacer esto. Pero después de que Udana Vayu ha dejado el cuerpo, no hay absolutamente ninguna posibilidad de resucitar a alguien.

Resucitar a los muertos no es tan importante en el Este, pero el sistema tántrico en la India siempre fue grande en hacer caminar a un cadáver. Una vez que el cuerpo ha sido desechado, una vez que las piernas han caído, no puedes caminar. Un hombre muerto no puede caminar, ¿verdad? Pero eso no es cierto. Se les puede hacer caminar. Esto se debe a que, como ya vimos, la muerte ocurre lentamente: la retirada del proceso de vida ocurre paso a paso. Cuando el pulmón, el corazón y la actividad cerebral se detienen, te declaran muerto, pero el proceso de vida aún continúa y puedes reavivarlo. Es utilizando esto que los *tántrik*s hacen caminar a los cadáveres. A veces, esto también

se hace con cadáveres que están ardiendo en la pira.

No he visto esto personalmente, pero conozco a personas, personas que no mentirían sobre tales cosas, que han visto cadáveres que estaban ardiendo en la pira levantarse y caminar. Esto sucede porque, en ese momento, cuando la quema comienza desde el exterior, el proceso de vida se retira y crea un espacio concentrado donde la vida está sucediendo más intensamente en ese momento. Algunas personas pueden aprovechar eso y reavivar el sistema de tal manera que de repente el cadáver se levanta y camina unos pasos. Por un tiempo, se comporta como si estuviera vivo y luego cae muerto cuando la vida se agota. Esto es posible porque cuando el cadáver es llevado para la cremación, todavía hay algo de energía vital en él. No es lo suficientemente buena como para hacer latir el corazón, hacer que la circulación ocurra, hacer que el cerebro funcione y todo eso, pero a nivel celular hay energía, mucha energía.

Cuando el fuego lo toca, inflama eso de cierta manera. Ahora, al invertir una cierta cantidad de energía en el cadáver, podrás hacer que realice alguna acción para algunos propósitos ocultos, como, cómo la batería de tu teléfono está muerta pero aún puedes hacer una llamada de emergencia.

Todas las prácticas Tántricas y Aghori4 tienen relevancia solo por este fenómeno. De lo contrario, ¿cuál es el punto de sentarse en un cadáver y hacer todas esas cosas? Si muerto significa completamente muerto, ¿qué hay

que hacer con huesos y carne? No se sientan en el cuerpo para revivirlo.

No tienen interés en revivir el cuerpo. Quieren usar este pequeño estallido de energía para transportarse a algo. Están tratando de extraer esa pequeña vida y usarla. Esa es la base de los sacrificios de animales.

Cuando los sacrificios no son posibles, intentan usar un cuerpo recién muerto.

Esto no es como si la persona muerta estuviera siendo devuelta a la vida, ni tiene mucha importancia espiritual.

Ahora, en Occidente, algunas personas han comenzado un proyecto en el que, si pagas una gran suma de dinero, tu cuerpo se congela criogénicamente y se mantiene intacto después de tu muerte. La esperanza es que en el futuro, cuando haya un avance tecnológico

para restaurar tu cuerpo, puedas volver a la vida. Esto es absoluta estupidez e inmadurez.

Normalmente, después de una lesión o algo así, cuando una persona entra en un estado profundo de inconsciencia, el cuerpo intenta escapar del dolor y el sufrimiento porque puede no ser lo suficientemente fuerte para soportar tanto el shock como el dolor. Es una especie de mecanismo de defensa que apaga todo. Tal persona puede recuperarse una vez que el cuerpo sea lo suficientemente fuerte para sostener la vida. Pero en casos donde la vida ha dejado completamente el cuerpo o los cuerpos están siendo mantenidos artificialmente vivos durante muchos años en coma, no hay una persona en el cuerpo. Solo estás manteniendo un corazón y dos riñones y algunos órganos más vivos. Eso no es realmente vida como tal. Esto es como cuando alguien dona su riñón, ese riñón se mantiene vivo durante unas pocas horas en otro lugar, no en el cuerpo de nadie, sino fuera. Se mantiene vivo artificialmente. Un estado de coma es muy similar. Ya sea que mantengas un riñón o dos riñones más el corazón, más esto y aquello, es más o menos lo mismo. Ya no hay persona alguna.

La tecnología está ahí para mantener el cuerpo vivo y, en el futuro, puede que también puedas revivirlo. Pero tu vida particular viniendo y eligiendo el mismo cuerpo está muy lejos. En otras palabras, este alguien que toma el mismo cuerpo después de veinticinco años es solo basura. Si alguna vez ocurre algo así, no puede ser la misma persona. Por accidente, podría haber sucedido que alguna otra conciencia o ser desencarnado haya entrado en él. Eso es todo.

Pero es una gran idea de negocio. Los faraones de Egipto gastaron el dinero necesario para la momificación entonces. Pero, incluso ahora, es un buen

negocio porque pagas por adelantado, ¡no por la resurrección! Desafortunadamente, no hay beneficio para el momificado.

Dudo que algo así suceda alguna vez, pero algo así puede suceder de una manera diferente. Puede que hayas oído hablar de yoguis que dejan sus cuerpos, van a algún lugar y vuelven a retomarlo. A veces, sucede que antes de que regrese, otro yogui toma el cuerpo y se va. Es como si estacionaras tu motocicleta y fueras a algún lugar; mientras tanto, ¡alguien más la recoge y se va! Tales cosas pueden suceder, pero las posibilidades son muy remotas.

Transmigración

Las culturas orientales y nativas americanas eran grandes en la transmigración:

el proceso de alguien tomando el cuerpo de otra persona, generalmente una persona recién muerta. En India, se llama *Parakaya Pravesha*, entrar en otro cuerpo. Se considera una de las *Ashtasiddhis*, o las ocho grandes capacidades de un yogui. Hay muchos casos de transmigración en la historia india. Un caso famoso es el de Adi Shankara.

En la antigua India, no había ni herejes ni persecución de personas por sus creencias personales. Siempre que las personas tenían algo nuevo que propagar, debatían con aquellos que sostenían opiniones opuestas. Durante su tiempo, Adi Shankara fue un formidable debatiente. Su sentido de la lógica era astuto. No discutes con un hombre así. Pero una vez, un famoso erudito religioso desafió a Adi Shankara a un debate y perdió. Luego, la esposa de ese hombre se introdujo en la discusión. Sabes cómo son las mujeres, protegen ferozmente a los que les son queridos. Ella dijo, 'Derrotaste a mi esposo, pero él no está completo. Somos dos mitades de lo mismo. Así que debes debatir conmigo también.' ¿Cómo puedes vencer esta lógica?

Así que el debate comenzó con la mujer. Luego vio que estaba perdiendo.

Entonces comenzó a hacerle preguntas sobre la sexualidad humana.

No obstante, Shankara continuó debatiendo con ella. Luego ella entró en más detalles y lo desafió, '¿Qué sabes por experiencia?' Esto era una trampa porque Shankara era un brahmachari. Se dio cuenta de que esto era un truco para derrotarlo. Dijo, 'Necesito un mes de descanso. Pausaremos el debate aquí y lo reanudaremos después de un mes.' Luego fue a una cueva apartada. Les dijo a sus discípulos, 'No importa qué

suceda, no permitan que nadie entre en esta cueva porque voy a dejar mi cuerpo y buscar otra posibilidad por un tiempo.'

Sucedió que un rey fue mordido por una cobra y acababa de morir.

Normalmente, cuando alguien muere, desde el momento en que la respiración se detiene, toma aproximadamente una hora y media para que el Prana Vayu salga completamente. Los otros pranas todavía estarán presentes y saliendo lentamente, pero el Prana Vayu habrá salido completamente para entonces. Pero cuando la causa de la muerte es una mordedura de cobra, esto toma hasta cuatro horas y

media. Así que, en muchos sentidos, esta es una condición ideal para alguien que quiera entrar en ese cuerpo.

Shankara dejó su propio cuerpo para tomar el cuerpo del rey. Dejó su vyana en el sistema porque su cuerpo necesitaba mantenerse para que él pudiera regresar. Tomó el cuerpo del rey para responder a las preguntas de la mujer de manera experiencial. Así que pasó por ese proceso. Cuando algunas personas sabias alrededor del rey vieron que un hombre al que habían declarado muerto de repente se sentó y estaba lleno de energía, se volvieron sospechosos.

Reconocieron por su comportamiento que no era la misma persona. Para ellos, estaba claro que había alguien más en el mismo cuerpo. Enviaron soldados por todo el reino para buscar cadáveres y quemarlos inmediatamente. Su intención era que ahora, ya que el rey había vuelto a la vida, no debía irse y regresar. Entonces, ¿qué pasa si era un tipo diferente? Se veía igual. Y era muy importante para el reino tener a su rey. Así que enviaron soldados por todas partes para encontrar y quemar todos los cadáveres.

Los soldados lograron localizar el cuerpo de Shankara en la cueva y querían quemarlo. Sus discípulos intentaron engañarlos diciendo que su Guru no estaba muerto, sino en shavasana y que despertaría pronto.

Sospechando fraude, los soldados construyeron una pira en la cueva misma y colocaron el cuerpo de Shankara en ella. Justo cuando estaban a punto de encender la pira, al sentir esta situación, Shankara abandonó el cuerpo del rey y regresó al suyo propio. El rey cayó muerto una vez más y Shankara regresó y ganó el debate que había dejado a medias.

Una persona que hace este tipo de circo con sus energías generalmente no vive mucho después de eso, porque todo esto consume una tremenda cantidad de energía. Se dice que Shankara dejó su cuerpo poco después de este incidente, a la edad de treinta y dos años. En realidad, nadie sabe cómo o dónde dejó su

cuerpo. Fue visto por última vez en Kedarnath. Este incidente puede haber acelerado su partida.

Hay otro incidente famoso que involucra a un yogui que luego fue conocido como Thirumoolar en Tamil Nadu. Su nombre original era Sundaranathar. Era del sur de Tamil Nadu y viajó al Monte Kailash. Se dice que fue iniciado allí por el mismo Shiva.

Después de pasar muchos años en el Monte Kailash, regresó al sur para encontrarse con su amigo sabio contemporáneo Agastya Muni, que se había establecido en Tamil Nadu. Mientras pasaba por un bosque en su camino de regreso, vio a una manada de vacas llorando. Su pastor de vacas acababa de morir por una mordedura de serpiente. Conmovido por el dolor de las vacas, decidió tomar el cuerpo del pastor de vacas muerto por un tiempo y consolar a las vacas. Dejó su cuerpo dentro del hueco de un árbol y entró en el cuerpo del pastor de vacas.

Las vacas se alegraron y él las llevó de regreso al pueblo. Luego regresó al árbol para recuperar y volver a entrar en su propio cuerpo. Pero para su sorpresa, su cuerpo no se encontraba por ninguna parte. Así que continuó viviendo en el cuerpo del pastor de vacas. La gente del pueblo estaba muy sorprendida de ver que su simple pastor de vacas ahora exponía enseñanzas espirituales y componía muchos himnos espirituales. Su nombre era Moolar, así que, por respeto, comenzaron a llamarlo Thirumoolar (Thiru es un honorífico tamil), y se hizo conocido por ese nombre. Se le atribuyen más de 3000 composiciones espirituales y se cantan incluso hoy en día.

¿Son posibles tales cosas? Muy posible. Hay muchos más ejemplos de transmigración en India. ¿Es una hazaña? No realmente. Todo lo que se necesita es un poco de comprensión de la mecánica de cómo sucede la vida dentro de ti. Ahora, si uno quiere entrar en el cuerpo de alguien que está vivo, tomaría mucho más. O la persona cuyo cuerpo entras también debe ser lo suficientemente hábil como para que puedan hacer espacio para la otra persona, o deben estar extremadamente debilitados por una enfermedad o algo y es como si estuvieran a medio camino. Si es un cuerpo lleno de sangre y no hay conciencia de nada, entonces no es posible.

Todo esto es oculto. No tiene realmente un significado espiritual. También es una forma de a veces demostrarse a sí mismo o a los demás que tales cosas se pueden hacer. O a veces estas cosas se hacen para hacer algo que no quieres hacer en tu propio cuerpo. Las razones pueden variar. Sadhguru Sri

Brahma también hizo algo así hacia el final de su vida, en un intento desesperado por cumplir el sueño de su Guru. 5

En busca de la inmortalidad

La inmortalidad siempre ha sido una búsqueda extravagante de los acomodados. Cuando las personas se volvieron acomodadas, sintieron

que lo tenían todo, pero aún así, la vida no les había sucedido. Así que querían aferrarse. La inmortalidad también ha sido la búsqueda de personas miserables en el mundo. Es un malentendido que las personas que son alegres, las personas que viven sus vidas realmente bien, no estén dispuestas a morir y busquen la inmortalidad. Si la alegría se convierte en tu compañera, otras cosas pueden no tener lugar en tu vida. Si te das cuenta, cuando estás alegre, ya no eres codicioso. Eres muy generoso. En ese momento, lo darás todo. Solo cuando eres miserable, eres muy codicioso. Las personas felices están débilmente apegadas a la vida. Están dispuestas a dejarla en cualquier momento. La gente siempre piensa que las personas miserables quieren morir. No es así. Las personas miserables se aferran a la vida más que nadie. Cuanto más miserables son, más se aferran a todo lo que les rodea. Incluso si viven cien años, se aferrarán un poco más y un poco más porque nunca han vivido realmente. Todo el tiempo, estaban tan inmersos en su propia miseria que nunca tuvieron tiempo para vivir.

Una persona feliz no se aferra a nadie. Cuando una persona está dichosa con su vida, no le importa si va a renacer o no. Ni siquiera le importa si va a estar viva o muerta mañana. Están tan dichosos. Cuando realmente estás feliz, no necesitas a nadie. No necesitas a tu esposa, no necesitas a tu esposo y no necesitas a tu Dios. Cuando estás muy feliz, todos los dioses son olvidados. Dios es la creación de personas miserables. Debido a que hay muchas personas miserables en el mundo, Dios ha prosperado. Si el mundo estuviera lleno de seres dichosos, Dios desaparecería. Si todos nosotros somos verdaderamente felices, Dios no tiene negocio en este mundo. Podemos manejarnos a nosotros mismos.

Necesitamos a Dios solo porque hemos creado tanta miseria dentro de nosotros y, sobre todo, tanto miedo al sufrimiento.

Cuando te vuelves realmente feliz, feliz más allá de las palabras, cuando tu alegría trasciende todas las limitaciones, estás listo para morir. Sientes, 'Esto es todo; Estoy dispuesto a disolverme y partir ahora.' La alegría te prepara para la muerte. Un hombre que está listo para simplemente morir cuando todo está bien es un hombre que ha visto la vida. Los amantes que han probado la alegría de la compañía, incluso por un corto tiempo, están dispuestos a morir. ¿No has visto esto? Un hombre miserable no está listo para morir porque ha sido un avaro con la vida. Nunca vivió, por lo que piensa que si obtiene un año más, vivirá mejor. La mayoría de las personas son así.

En el pasado, cada rey, cada persona poderosa en el planeta siempre

buscó de alguna manera volverse inmortal. Pero, en realidad, si realmente quieres maldecir a alguien, no le desees la muerte; deséale una vida interminable. Esa sería la peor maldición para cualquiera. Si alguien vive por sadhana, y a través de la sadhana, extiende su vida, entonces es diferente. Esto no es extender la vida a la fuerza; por el contrario, estás proporcionando a la vida el apoyo necesario para que se despliegue más. En el Yoga, siempre hemos dicho que los humanos pueden vivir hasta 160 años. Pero rara vez en tiempos recientes hemos visto a alguien vivir hasta esa edad.

En promedio, la esperanza de vida global ha aumentado significativamente. Esto se debe en gran parte a la atención médica y a todos los suplementos que las personas toman rutinariamente. Está causando otros problemas, pero está dando una extensión de vida. Muchos órganos se rejuvenecen debido a la batería de minerales y nutrientes que uno toma. Ahora, dicen, si de alguna manera sobrevivimos otros cincuenta años, podemos vivir 500 años porque, para entonces, la tecnología habrá avanzado tanto que podemos cultivar un nuevo corazón y un nuevo hígado y un nuevo riñón en un laboratorio y reajustarnos con todo nuevo.

Algunas personas me estaban diciendo cómo van a vivir 400 años.

Han hecho planes. Están haciendo contratos con laboratorios, con doctores, sobre cuándo reemplazarán qué órgano, si todavía está funcionando o no. Ya han decidido esto mirando la predisposición genética de uno y otros marcadores biológicos. Ya han decidido que a los ochenta años reemplazarán su corazón, a los ochenta y cinco años reemplazarán sus riñones y todos los huesos

y articulaciones, y así sucesivamente. Estos son el tipo de planes que han hecho para vivir 400 años. Tales personas sufrirán inmensamente por esto.

Extender la vida del cuerpo puede volverse posible, pero a menos que tengas sadhana en tu vida y un cierto nivel de dominio sobre tu sistema, no tendrás mente si vives tanto tiempo. Vivirás como un zombi. Sin la sadhana necesaria, si estiras el cuerpo, la mente se agotará. Encontrarás muchas personas con cuerpos todavía robustos pero con la mente perdida porque se les ha agotado su Prarabdha Karma. Es como si tuvieras el hardware pero te hubieras quedado sin el software necesario para ejecutarlo. No pueden abrir la siguiente dimensión de memoria porque no tienen sadhana. Eso solo deja una pantalla vacía.

Desear vivir mucho tiempo no es un problema. Pero este pensamiento de aumentar la esperanza de vida a la fuerza surge de una cierta arrogancia contra la vida que no me gusta. Esto sucedió en el año 2050: Unos pocos científicos hicieron una cita con Dios. Lo conocieron y dijeron: 'Oye, viejo, has hecho bastante bien con la Creación; pero todo lo que has hecho, nosotros también podemos hacerlo ahora. Así que creemos que es hora de que te retires.' Entonces Dios dijo, 'Oh, ¿es así? ¿Qué es lo que pueden hacer?' Ellos dijeron, 'Solo mira esto.'

Sacaron sus tubos de ensayo y matraces cónicos y todo eso. Tomaron un poco de tierra y mezclaron varias cosas con ella y produjeron un bebé vivo que comenzó a llorar. 'Mira, aquí está. Podemos crear vida. Entonces, ¿dónde está la necesidad de ti? Puedes retirarte.' A esto, Dios dijo, 'Eso es genial, pero primero consigan su propia tierra.'

Si quieres trabajar en la extensión de la vida de tu cuerpo, necesitas hacerlo con el tipo correcto de sadhana, no con arreglos externos. Si haces el tipo correcto de sadhana, cuando el cuerpo se estire, junto con él, el Prarabdha Karma también se abrirá. Se abrirán otras dimensiones de sustancia kármica, y habrá sustancia para mantener esto en marcha. Si no hay sustancia para el ser, pero hay sustancia para el cuerpo, te convertirás en un fantasma. Al menos, un fantasma no ocupa espacio y no come comida. Comerás comida y ocuparás espacio, pero vivirás como un fantasma. Si haces sadhana y vives 400 años, entonces serás de un valor tremendo para el mundo. Serás valioso no solo porque vivirás mucho tiempo y tendrás una sabiduría inmensa, sino por quién eres y en qué te has convertido. Debido a la pura madurez de la vida,

se organizará de esa manera en tu cuerpo. Tu 'ser', o lo que eres, flotará alrededor sin esfuerzo como una burbuja.

En términos de sadhana, el Hatha Yoga es muy importante porque necesitas una buena base física. Además, si estás en tal estado dentro de ti mismo que cuando cierras los ojos, no tienes sentido del tiempo, entonces el tiempo te engaña. Si la vitalidad celular se mantiene de una manera juvenil, el cuerpo puede durar porque puede rejuvenecerse a sí mismo. Lo más importante, si estás quemando tu karma con suficiente fuerza, se abrirán naturalmente nuevos niveles. Sin sadhana, no tienes manera de profundizar en la mayor sustancia kármica o lo que llamas Sanchita Karma. Tal persona no podrá sostener la extensión de la vida.

Además, tu experiencia de vida no se mejorará de ninguna manera solo porque vivas más años. Un número razonable de años, sí, pero

simplemente extender los años no va a hacer tu vida mayor en tu experiencia. Si simplemente dices,

'Tengo 150 años,' otros pueden estar impresionados, pero en tu experiencia, ¿cuál es la diferencia? Debes decidir si, para ti, la vida es un libro de cuentas o un fenómeno. Si es un libro de cuentas, los números importan. Si es un fenómeno de experiencia, entonces los números no importan.

Buscando las Siguientes Dimensiones

La gente hace esta pregunta: Si mi vida va bien, ¿por qué no continuar esto interminablemente? ¿Qué hay de malo en esto? ¿Por qué buscar algo más? Ahora, no es porque estemos sufriendo esto que queremos avanzar. La misma naturaleza del ser es tal que quiere ir a la siguiente dimensión o a la dimensión última.

Es así: después de que naciste, aprendiste a caminar. Fue lo más emocionante. Y luego creciste, te casaste, ganaste dinero, produjiste hijos y moriste. Y de nuevo naciste, de nuevo estabas emocionado por ponerte de pie y también estabas emocionado por montar una bicicleta y de nuevo conociste a tu novio y estabas muy feliz y luego estabas decepcionado y de nuevo te casaste.

Esto está sucediendo una y otra vez. Supón que realmente te das cuenta de esto, no porque alguien te lo dijo, sino porque realmente viste que has

hecho esto miles de veces y aún estás pasando por el mismo proceso una y otra vez. ¿Querrías pasar por ello nuevamente?

Sobre la vida de las personas yendo bien: las personas piensan que si están casadas, si tienen una casa y hijos y si tienen mucho dinero en el banco, están viviendo bien. Eso no es así. Vivir bien significa que has comprendido todos los aspectos de la vida. Si has comprendido todo lo que hay que saber sobre la vida, entonces has roto las burbujas de memoria en las que estás almacenando estas diferentes cosas. Si todo estalla dentro de ti, definitivamente querrías pasar a la siguiente dimensión. Una vez que uno se da cuenta de que está repitiendo lo mismo, sufrirá. Querrá avanzar a la siguiente dimensión.

O míralo de esta manera—supón que te hacemos ver tu película favorita una y otra vez. Siete veces al día, todos los días, durante el próximo mes. Después de todo, es una película maravillosa y te gusta mucho.

Saldrás con lágrimas en los ojos cuando la veas las primeras cinco o diez veces. Luego, a menos que estés totalmente ido, verás que es solo un juego de luces y sonido. Una vez que no hay participación de tu parte, simplemente te sentarás y la mirarás. Supón que, además de esto, también te llevamos a la sala de proyección y realmente te das cuenta de que todo el maldito asunto es solo dos ruedas y una bombilla engañándote, generando todas estas emociones y haciéndote creer todo esto. Todavía puedes disfrutar de una película, pero ya no estarás involucrado.

El anhelo de pasar a la siguiente dimensión se vuelve urgente, especialmente si miras hacia atrás y te das cuenta de que has estado en la misma película durante mucho tiempo. Esta dimensión trata sobre 'esto' y 'aquello'. En tu estado mental actual, 'esto y aquello' o 'aquello y aquello' es interesante en este momento.

Pero la siguiente dimensión es solo 'esto y esto y solo esto'. Lo que aparentemente es muchos, resultará ser Uno. Esto puede no parecerte interesante en este momento porque solo puedes pensar, sentir, entender y proyectar desde la dimensión en la que existes. Pero así es.

Cuanto antes te des cuenta de que has estado en la misma dimensión, más ansiarás lo que está más allá de eso. Hasta entonces, te parecerá poco interesante.

C A P Í T U L O 5

Mahasamadhi

Mahasamadhi es el final del juego. El ciclo ha terminado. No hay cuestión de

renacimiento; es una disolución completa. Puedes decir que esta persona verdaderamente ya no existe.

Samadhi y Muerte

La gente a menudo hace una asociación entre samadhi y muerte. Piensan que samadhi significa una situación parecida a la muerte. Está lejos de eso. La palabra ‘samadhi’ ha sido en gran parte malinterpretada. Está compuesta por las palabras *sama* y *dhi.* Sama significa ecuanimidad y dhi significa *buddhi*, o el intelecto. Si alcanzas un estado ecuánime del intelecto, se conoce como samadhi.

La naturaleza fundamental del intelecto es discriminar. Esta cualidad discriminatoria es muy importante para la supervivencia. Puedes

discriminar entre una persona y un árbol solo porque tu intelecto está funcionando. Si quieres romper una piedra, tienes que discriminar entre la piedra y tu dedo. De lo contrario, te romperás el dedo.

La discriminación es un instrumento que apoya y ejecuta el instinto de supervivencia presente en cada célula del cuerpo. Si trasciendes el intelecto, te vuelves ecuánime. Pero esto no significa que pierdas la capacidad de discriminar. Si pierdes el intelecto discriminatorio, te volverás loco.

En el estado de samadhi, tu intelecto discriminatorio está perfectamente en su lugar, pero, al mismo tiempo, lo has trascendido. No haces distinciones: simplemente estás aquí, viendo la vida en su verdadero funcionamiento. En el momento en que dejas o trasciendes el intelecto, la discriminación no puede existir.

Todo se convierte en un todo, que es la realidad. Un estado como este te da una experiencia de la unidad de la Existencia, la unificación de todo lo que es. En este estado, no hay tiempo ni espacio. El tiempo y el espacio son una creación de tu mente. Una vez que trasciendes la mente como una

limitación, el tiempo y el espacio no existen para ti. Lo que está aquí está allí, lo que es ahora es entonces. No hay pasado ni futuro para ti. Todo está aquí, en este momento.

Samadhi es un estado de ecuanimidad donde el intelecto va más allá de su función normal de discriminación. Esto a su vez te libera de este cuerpo físico. Se crea un espacio entre lo que eres y tu cuerpo.

La muerte significa que el cuerpo físico se ha perdido completamente. No hay contacto con el cuerpo físico. Samadhi significa que el cuerpo físico está intacto, pero el contacto con el cuerpo físico se ha vuelto muy mínimo.

Para el entendimiento, la gente ha categorizado los samadhis en ocho tipos o niveles diferentes. De estos ocho, se han clasificado ampliamente como *savikalpa* y *nirvikalpa* samadhis. Los samadhis savikalpa son samadhis con atributos o cualidades. Son muy agradables, dichosos y extáticos. Los samadhis nirvikalpa son sin atributos o cualidades.

Están más allá de lo agradable y desagradable. Aquellos que entran en estados de nirvikalpa samadhi siempre se mantienen en estados protegidos porque su contacto con el cuerpo se vuelve muy mínimo. La más mínima perturbación, como un sonido o un pinchazo, puede

desalojarlos de su cuerpo. Estos estados se mantienen durante ciertos períodos para establecer una distinción firme entre uno mismo y el cuerpo. Es un paso significativo en la evolución espiritual de uno, pero aún no es lo último.

Como mencionamos antes, a veces, los yoguis entran en estados profundos de samadhi por ciertos períodos porque quieren evadir ciertas situaciones dentro de sí mismos, o quieren más tiempo para resolver su karma. Digamos que un yogui sabe que su situación de vida es tal que al día siguiente tendrá que dejar su cuerpo, pero aún no ha resuelto su cuenta kármica. Entonces no quiere irse.

En su lugar, entra en un estado de samadhi durante, digamos, una semana o diez días. Ahora, obtiene una breve extensión para terminar lo que quiere terminar. Esta es una forma de retroceder el reloj, esta es una forma de engañar el proceso del tiempo.

Cuando alguien se hace ni la mente ni el cuerpo, evita el *Kala Chakra*, o la rueda del tiempo. Así que uno engaña al tiempo y se queda allí y obtiene tiempo extra para sí mismo.

Los samadhis en sí mismos no tienen gran importancia en términos de Auto-Realización, o conocer la verdadera naturaleza del Ser. Muchos de los discípulos de Gautama el

Buda entraron en samadhis muy largos. No salieron durante años. Pero Gautama mismo nunca lo hizo porque lo veía como innecesario. Practicó y experimentó los ocho tipos de samadhis antes de su Iluminación y los descartó. Dijo, 'Esto no es. Esto no te llevará más cerca de la Auto-Realización. Es solo moverse a un nivel más alto de experiencia y podrías quedarte más atrapado porque es más hermoso que la realidad actual.'

Si tu objetivo está establecido, si has hecho de la Auto-Realización la máxima prioridad en tu vida, entonces todo lo demás que no te acerque un paso más es insignificante.

Iluminación y Muerte

¿Cómo están relacionados la muerte y la Iluminación? La muerte y la Iluminación están entrelazadas en el sentido de que si las energías vitales se vuelven demasiado intensas, no puedes mantener el cuerpo. Además, si las energías vitales se vuelven demasiado débiles, no puedes mantener el cuerpo. Solo si están en una cierta banda de intensidad puedes aferrarte al cuerpo. Si elevas la intensidad más allá de cierto tono, te Iluminarás y te irás. Si la bajas por debajo de cierto

nivel, morirás. Este es el proceso natural. La mayoría de las personas Iluminadas no pueden aferrarse al cuerpo a menos que hagan algunos trucos con él. O deben conocer muy bien la mecánica del cuerpo o deben crear constantemente algún karma consciente—como algún deseo o algún anhelo que parecerá absurdo en su vida porque no encaja en absoluto con el resto de la persona. La gente puede pensar que están locos, pero deben continuar con ello solo para mantener su cuerpo en funcionamiento.

Esta es la razón por la cual la sadhana es inevitable si quieres trabajar tu karma en etapas. En Isha, no creemos en la Iluminación repentina.

Si ocurre una Iluminación repentina, la mayoría de las personas pueden no ser capaces de soportarla. Puede causar la muerte o una introspección absoluta. Si no sabes esto, miles de personas se dan cuenta en el mundo, pero el 90 por ciento de ellas se irán en el momento de la Auto-Realización. En el momento en que alguien se da cuenta, 'Yo no soy esto,' no puede permanecer en el cuerpo más, porque no tienen la madurez ni la comprensión para quedarse y continuar con el trabajo. Así que en el momento en que alguien se da cuenta, se deslizarán fuera del cuerpo; ese es el final. Por eso la mayoría de los seres realizados pasan desapercibidos.

Es un raro grupo el que alcanza un cierto nivel de comprensión, el que logra retener este cuerpo con su Auto-Realización.

Hay mucha sadhana aquí en Isha. En términos de actividad real, para mí, los programas son una parte muy pequeña de mi vida, aunque toman mucho tiempo. La actividad es muy diferente. Hay muchas personas aquí que, si las dejo ir, se convertirán en seres completamente realizados. Pero no tienen el dominio sobre sus sistemas para retener sus cuerpos.

Dejarán caer su cuerpo si los dejo ir. Así que, usualmente, los detengo en el último paso para que su cuerpo pueda seguir su curso natural. Detenerlos no es una buena cosa, pero sabes que hemos asumido responsabilidades sociales. Así que siempre los detengo en el último paso y dejo que el cuerpo siga su curso natural. Cuando termina una cierta fase, entonces lo dejamos a su criterio.

Entonces, para haber alcanzado el último paso y aún retener el cuerpo, uno debe entender la tecnología del cuerpo o debe jugar algún tipo de drama para aferrarse. La gente me pregunta, '¿Cuál es tu truco para mantener el cuerpo?' No tengo compulsiones. Tengo una tobillera en mi pie que en realidad es más como un grillete. No es solo una

tobillera, es como un arreglo. Está hecha de cierta manera. Está cargada con mercurio y ciertas cosas se han hecho con ella. Es algo vivo. Si un día no ves esta tobillera en mí, solo sabe que queda muy poco tiempo.

Mukti y Mahasamadhi

En la forma de vida india, alcanzar a Dios o el cielo no es el objetivo más alto de la vida. Siempre hablaron de mukti o Liberación Última o libertad del ciclo de nacimiento y muerte como el objetivo más alto de la vida. Pero en inglés, cuando dices la palabra libertad o Liberación, la gente visualiza convertirse en un pájaro y volar en el cielo. Si eres un observador de aves o si has visto pájaros volando, sabrás que incluso los pájaros más magníficos como el halcón o el águila están constantemente mirando hacia el suelo mientras vuelan. Están buscando algo para alimentarse, allá abajo. Puede que ni siquiera estén disfrutando del vuelo. Para ellos, es un proceso de supervivencia, como tú yendo a la oficina. Así que mukti, cuando se traduce, podría crear imágenes erróneas en la mente de uno.

Las palabras *Moksha* y Nirvana también se refieren a mukti. Nirvana es una palabra más apropiada porque Nirvana significa no-existencia. Lo que significa es que estás libre del mismo peso de la existencia. Cuando digo que estás libre de la existencia, no estoy hablando de la existencia como una cantidad y estás libre de eso. Estás libre de tu propia existencia. Tu existencia se ha terminado. Cuando no hay existencia, estás incluso libre de la libertad, porque la libertad es también una cierta esclavitud. Mientras existas, de una forma u otra estás atado. Si estás existiendo físicamente, es un tipo de esclavitud. Si dejas el cuerpo físico y existes de alguna otra manera, todavía hay otro tipo de esclavitud.

Todo lo que existe está gobernado por alguna ley. Ahora, mukti significa que has roto todas las leyes y solo pueden romperse cuando dejas de existir.

Esa es la libertad última.

En última instancia, cada buscador quiere ir más allá de la existencia. No quieren estar en el proceso de la existencia, lo que puede significar nacimiento y muerte o rondar o lo que sea. Ya sea que realmente nazcas físicamente o no, mientras existas, estás pasando por algún proceso u otro. La existencia siempre es un proceso. La existencia no es una cosa. El sol es un proceso, todo el sistema solar es un proceso, la galaxia es un proceso, todas las galaxias juntas son un proceso. Si

quieres estar libre de todos los procesos, significa que debes dejar de existir; no hay otra manera.

La existencia, tal como la conoces, debe cesar; solo entonces no hay proceso.

¿Cuál es el uso de esto? Cuando uno realmente mira su vida y ve, '¿Cuál es el uso?'—ese es exactamente el pensamiento que hace que uno busque mukti. Ahora mismo, tal profundidad de '¿Cuál es el punto?' aún no ocurre en las personas, porque las personas todavía son niños. Pueden tener cuerpos de adultos, pero en términos de comprensión, todavía son niños.

Quieren ver esto, quieren ver aquello. Digamos que la memoria de cien vidas se abre para ti, verás que estás pasando por la misma tontería una y otra vez. Entonces definitivamente harás la pregunta, '¿Cuál es el punto? Una vez más entrando en el útero de otra mujer, otro nacimiento, otra tontería—¿cuál es el uso?' Si haces esta pregunta de la manera más profunda posible, tu anhelo por mukti se volverá absoluto.

Mukti significa que quieres liberarte del proceso de vida y muerte, no porque estés sufriendo. Las personas que sufren no pueden alcanzar mukti. Estás bien, estás alegre, pero ya has tenido suficiente de jardín de infantes, quieres avanzar. Por muy hermosa que haya sido tu vida escolar, ¿no quieres ir a la universidad? Eso es todo. La muerte significa el fin del cuerpo físico; todo lo demás continúa y encuentra otro cuerpo pronto; mientras que con mukti, todo llega a su fin. En cierto modo, mukti es el fin de la muerte—y del nacimiento también.

Mukti también se llama Mahasamadhi. Mahasamadhi significa que uno es capaz de salir de su propio cuerpo, conscientemente, sin dañarlo. Generalmente, si quieres dejar el cuerpo, hagas lo que hagas, no puedes salir de él a menos que dañes el cuerpo de alguna manera. A menos que hagas que el cuerpo sea inadecuado para acunar la vida que está dentro, la vida no se irá. Cuando las cosas van mal, la gente dice, 'Quiero morir,' pero no lo hacen, porque no pueden. Mahasamadhi significa que sin usar ningún otro medio externo, dejas el cuerpo a voluntad. Para que alguien pueda hacer esto, necesita una tremenda energía. Tal persona sabe dónde está conectado el cuerpo con la vida, y lo desata y se va.

Mahasamadhi es cuando también trasciendes la discriminación de modo que no hay tal cosa como tú y el otro. Está completamente terminado.

Ahora, mientras estás sentado aquí, hay tú y el otro. Es un cierto nivel de realidad. Pero Mahasamadhi significa que la existencia individual ha terminado y quién eres ya no existe.

Mahasamadhi es esencialmente esa dimensión de ecuanimidad que reúne tal nivel de intensidad que uno puede desmantelar sin esfuerzo la misma naturaleza de la existencia física. Uno puede desmantelar no solo el cuerpo físico, o el Annamaya Kosha, sino también el Manomaya Kosha, Pranamaya Kosha y el Vignanamaya Kosha. Cuando la vida interior y la vida exterior se vuelven una, naturalmente, este desmantelamiento ocurre. Una vez que estos cuatro koshas se desmantelan, esa vida verdaderamente, verdaderamente ya no existe porque el quinto cuerpo, el Anandamaya Kosha, o el cuerpo de bienaventuranza, es esencialmente conciencia o el elemento vital fundamental. No hay nada que disolver allí. Simplemente se mezclará con la vida como siempre lo hizo. Este es el final del juego. El ciclo ha terminado. No hay cuestión de renacimiento, es una disolución completa. Puedes decir que esta persona verdaderamente ya no existe. Es la

fortuna de los buscadores en Isha que han estado en la presencia de Mahasamadhi. Su fragancia y esencia permea el Centro de Yoga Isha.

En realidad, la muerte no es el final porque no existe tal cosa como la muerte.

La muerte existe solo para quien no tiene conciencia de la vida. Solo hay vida, vida y solo vida. Pero Mahasamadhi significa el verdadero final. Este es el objetivo de todo buscador espiritual. Incluso un yogui consumado luchará con ello porque no es simple. O, más bien, es tan simple que alguien con mente rara vez puede entenderlo.

Lo que se conoce como *jeevasamadhi* es un samadhi donde una persona decide encerrarse en un recinto y terminar con su vida. Una razón para hacer esto es que él o ella no quiere molestar a la gente después de su muerte. Quieren manejar el cuerpo ellos mismos antes de irse. Así es como comenzó esto. Otra razón es que hay seres realizados que son libres de una manera particular dentro de sí mismos pero carecen del conocimiento para irse a voluntad. Incluso si estás liberado dentro de ti mismo, incluso si has alcanzado un cierto estado dentro de ti, para dejar el cuerpo físico, necesitas la habilidad, necesitas conocer la ciencia de cómo este cuerpo se conectó y qué necesitas hacer para desentrelazarte de él. Esta comprensión tiene que estar presente, de lo contrario, no sucederá. Tal persona, que está liberada pero no puede desentrelazarse del cuerpo por sí misma—

se sellará en un recinto, para que lentamente, a medida que la respiración se va, se irán. Pero no debe haber ninguna lucha en el cuerpo. Si hay incluso un poco de lucha, simplemente se trata de un suicidio.

Las personas que están en el camino Yógico no harán tal cosa. Se sentarán al aire libre y se irán porque conocen la ciencia de cómo salir del cuerpo, cómo dejar el cuerpo. Así como te quitas la ropa y te vas, puedes dejar tu cuerpo y te vas. Es posible. Esto es Mahasamadhi. También hay algo llamado *Diksha Mrutyu*, donde el Guru inicia a uno en la muerte. No es una experiencia similar a la muerte sino la muerte misma. Es muy bueno hacer esto si tienes el permiso de todos y estás en una sociedad madura. Esto generalmente se hace cuando el Guru ve a alguien que es capaz de alcanzar el Mahasamadhi, que tiene el potencial pero no sabe exactamente cómo hacerlo. Entonces los inicias de tal manera que puedan irse. Está perfectamente bien. Para esa vida, es

fantástico, en realidad. Pero en la sociedad actual, es un desastre para quien da esta iniciación debido a todas las repercusiones sociales que surgirán.

Unas Cuantas Mahasamadhis

Hemos visto Mahasamadhis de dos personas que conocíamos y que eran queridas para nosotros. Uno era Swami Nirmalananda, a quien conocí durante mucho tiempo, y el otro era Vijji, mi amada esposa.

Swami Nirmalananda vivía en Biligiri Rangana Betta, o BR Hills, en el estado sureño de Karnataka, India. En su juventud, Nirmalananda viajó fuera de la India durante muchos años, visitando hombres santos de todas las religiones. Durante la Segunda Guerra Mundial, estuvo en Europa y se sintió profundamente perturbado por el sufrimiento que vio allí. Luego regresó a India en la década de 1960 y, hacia el final de su vida, estableció un ashram en BR Hills. Pasó once años en silencio allí.

Lo conocí por primera vez cuando probablemente tenía veintiún años. Solía caminar mucho por BR Hills, mayormente solo. Una vez, estuve en el bosque durante cinco o seis días. Así que cuando salí, estaba realmente hambriento. No había comido nada en más de veinticuatro horas. Regresé al lugar donde había estacionado mi motocicleta, me subí y subí la montaña.

No había un solo restaurante allí, pero sabía que el ashram de

Nirmalananda estaba allí y tendría comida. En el ashram había un pequeño templo y unos veinticinco escalones que llevaban a una pequeña cabaña. En esos días, no me bajaba de la motocicleta por nada. Así que subí los escalones en la motocicleta y apoyé la motocicleta en la pared de la cabaña. Estaba cubierto de barro y lodo, después de días y noches en la naturaleza bajo la lluvia. Al escuchar la motocicleta justo afuera de su habitación, Nirmalananda salió y me miró. Siempre tenía una sonrisa permanente en su rostro. Solía entrar en períodos de silencio, así que estaba en silencio ese día. Le dije que tenía mucha hambre. Entonces hizo algo extraño.

Salió y tocó mis pies. Yo era alguien que nunca se había inclinado en un templo en toda su vida. Nunca tocaría los pies de nadie. Era impensable para mí. Y este hombre vino directamente a mí y sostuvo mis botas, que estaban cubiertas de lodo. Me sentí profundamente avergonzado. Sabía que la gente lo consideraba un gran hombre, pero no quería saber cuán grande era, si este hombre era un sanyasi o era

Iluminado o lo que fuera. No significaba nada para mí. Todo lo que quería era su pan, pero vino y tocó mis pies. Esto de alguna manera me perturbó. Pero, de todos modos, tenía hambre, así que comí el pan y la miel que me dio.

Después de eso, fui a BR Hills y lo conocí muchas veces. Se desarrolló una especie de relación entre nosotros; de alguna manera nos calentamos el uno al otro. (En realidad, fui yo quien se calentó—él siempre fue cálido con todos.) Estaba mayormente en silencio. A veces, me hablaba, pero mayormente escribía y yo hablaba. Posteriormente, mi propio proceso 1 sucedió y comencé a enseñar Yoga. Pasaron muchos años y lo volví a ver después de un largo tiempo. Para entonces, estaba completamente barbado y mi esposa, Vijji, estaba conmigo. A ella también le gustaba Nirmalananda y lo visitamos juntos varias veces. Solíamos tener largas conversaciones durante esas visitas.

Ahora, en algún momento de abril/mayo de 1996, Vijji, mi hija, Radhe, y yo lo visitamos. Mientras hablábamos con él, de repente dijo que en enero siguiente, al comienzo de Uttarayana, quería irse. Le pregunté, '¿Por qué?' Él dijo, 'He vivido como un yogui, no quiero vivir como un *rogi*.' 2 Entonces tenía setenta y tres años. Estaba todo en lágrimas y me dijo que realmente no tenía claro cómo irse. Ya había construido un pequeño samadhi 3 para sí mismo. Dijo que quería sentarse en el samadhi e irse. Estaba aprensivo si sucedería o no y tenía muchas preguntas al respecto.

De repente, esto se convirtió en una situación diferente. Ya no era una visita casual. Este era el ashram de Nirmalananda. Él era el hombre que todos venían a ver y yo también había ido allí con mi esposa e hija, pero ahora él me estaba consultando. Aunque lo había conocido muchas veces, ahora se estaba moviendo hacia su fase final y estaba un poco confundido.

No sabía cómo hacer esto. Era solo una persona simple y muy alegre. Había realizado algunas cosas, pero aún no conocía los mecanismos del 'cómo' porque no había explorado su propio sistema.

Solo era consciente.

Así que me abrí a él de una manera completamente diferente. Comenzamos a discutir cosas que nunca he discutido en ningún lugar. Le hablé de lo que debía hacer, lo que no debía hacer. Como la muerte siempre

sucede debido a que el cuerpo está dañado ya sea por enfermedad o lesión, despojarse del cuerpo que uno ha adquirido sin ningún tipo de daño requiere un cierto dominio. Así que tuve que entrar en detalles de cómo necesitaba prepararse. Vijji estaba allí. Ella estaba escuchando todo esto y estalló en lágrimas y lloró sin cesar. Simplemente la ignoré y continué hablando con él porque ella podría estar llorando de alegría, podría estar llorando por cualquier cosa. La pura intensidad de las cosas siempre la hacía llorar. Ella era así. Mientras hablaba, Nirmalananda también estaba abrumado por lo que estaba diciendo. También estaba llorando de vez en cuando y me hacía más preguntas. Fue entonces cuando supimos que Nirmalananda se iría.

Porque sabía que se iría pronto, en diciembre de 1996, llevamos a un gran grupo de meditadores y fuimos allí para verlo por última vez. Ya había anunciado la fecha a muchas personas. Había escrito una última carta a todos con quienes estaba en correspondencia. La noticia también había aparecido en la prensa. Para entonces, estos llamados 'racionalistas' en Karnataka habían comenzado una gran campaña de prensa contra él. Dijeron que este hombre iba a suicidarse y estaba tratando de glorificarse con todo tipo de tonterías. Querían que el gobierno evitara el suicidio y todo eso. Incluso lograron que dos agentes de policía fueran asignados al ashram para evitar esto.

Cuando lo visité por última vez, se desmoronó y lloró. Estaba realmente dolido por esto. Era un ser muy gentil. Para su templo, ni siquiera arrancaba flores de sus plantas. Adoraba a su Dios solo con

las flores caídas porque no quería dañar las plantas.

Tampoco arrancaba una fruta de un árbol. La tomaba solo si caía. Así era él. Dijo, 'Ni siquiera arranco una flor de una planta, pero me pusieron policías,' y lloró. Yo dije, '¿Cuál es tu problema? Los policías están sentados allí. No te preocupes por esto.'

Eventualmente, los policías fueron retirados, pero algunas personas aún estaban creando un alboroto en Bangalore y Mysore.

Se suponía que se iría el 15 de enero, pero se fue el día 10.

Se fue cinco días antes porque temía que los racionalistas vinieran y simplemente hicieran un escándalo. Ese día, se sentó afuera de su cabaña en un banco. Justo unos minutos antes del mediodía, en presencia de una pequeña multitud,

simplemente se fue. Nirmalananda era alguien que necesitaba un Diksha Mrutyu; en cambio, le dimos una cierta comprensión de Mahasamadhi.

Mi esposa, Vijji, fue profundamente influenciada por el Mahasamadhi de Nirmalananda. Sentía que si uno tiene que irse, esta es la manera de hacerlo. Cualquiera asociado con Vijji sabía que no era alguien que daba un paso a la vez. Ella no tomó pasos en Yoga. No hacía Yoga por su salud, no hacía Yoga por su bienestar. No le importaba su bienestar. Hacía Yoga solo porque significaba algo para mí. En realidad, no significaba nada para ella. En muchas ocasiones lo decía abiertamente a la gente. La gente pensaba que era un sacrilegio total. 'Es la esposa de Sadhguru, y mira las tonterías que está diciendo', pensaban. Pero ella estaba diciendo lo que era verdad para ella.

Cuando toda esta charla sobre dejar el cuerpo con Nirmalananda estaba ocurriendo en abril/mayo, ella estaba sentada allí llorando en silencio.

A mitad de camino por la colina, hay un lugar muy hermoso lleno de vida silvestre, así que cuando estábamos regresando, detuve el auto allí. Vijji seguía llorando, así que estaba bromeando sobre esto y aquello. Entonces ella dijo: 'Lo que estabas hablando con Nirmalananda, yo quiero eso.' Así que en broma dije: '¡Oh! ¿Quieres irte? Eso es genial. ¿Cuándo te vas a ir?' Y cosas así. Pero ella estaba muy seria y estaba tomando un tono intenso. Pensé, 'Está bien, esto ya no es una broma, se está haciendo grande.' Entonces dije: 'Está bien, veamos si puedes hacerlo, solo canta <Shambho=, 4 déjame ver.' La escena está muy clara en mi mente incluso ahora. Mi pequeño auto

estaba estacionado al lado de la carretera. Yo estaba parado allí y Radhe estaba jugando con algo. Esta era una carretera desierta donde solo pasaba un vehículo cada veinte o treinta minutos. Vijji estaba arrodillada en medio de la carretera y me decía que quería irse. Y yo dije: 'Está bien, canta <Shambho=, .' Esta es toda la sadhana que le di. Se lo di casualmente. No me senté e inicié en algo fantástico o específico.

Nunca pensé que tendría la perseverancia para mantenerlo como lo hizo. Se necesita mucho para hacerlo porque tu atención debe estar en ello las veinticuatro horas del día. De lo contrario, estas cosas no se desarrollarán en ti. Sabía que tenía ciertas cualidades en ella; cuando se decidía por algo, lo daba todo. Pero nunca pensé que tendría la determinación de darlo todo. Especialmente siendo la persona emocional que

era—sus emociones hacia mí y Radhe—pensé que sería suficiente para disuadirla. Pero lo tomó. Empezó a ganar tanto impulso que, en poco tiempo, estaba en otro lugar. Ya no era la misma persona; se estaba yendo. Ya no era mi esposa, sino una *sadhaka* súper intensa.

Intenté frenarla un poco porque nadie puede sostener ese tipo de intensidad por mucho tiempo. Se agotará. Yo decía, '¿Cuál es la prisa?' Nuestra hija no tenía ni siete años. La misma Vijji había pasado por una fase de problemas y luchas dentro de sí misma y ahora estaba floreciendo en una maravillosa posibilidad. Así que dije, 'Las cosas están funcionando bien para ti también, ¿por qué ahora?' Ella dijo, 'En este momento, mi interior se siente absolutamente hermoso y afuera todos son maravillosos conmigo. Este es el momento en que quiero irme. Ahora mismo, estoy en un espacio donde quiero estar; quiero irme así.' Yo nuevamente dije, '¿Cuál es la prisa ahora? Puedes esperar unos años, disfrutar de esto y luego irte.' Ella respondió, 'En este momento, no quieres que me vaya, pero después de unos años, ¿querrás que me vaya?'

No sabía cómo razonar con ella o detenerla. Intenté todos los medios de persuasión pero nada funcionó.

Ya estaba involucrada en la consagración del Dhyanalinga. Muchas cosas que tenían que hacerse como parte de la consagración no eran fáciles en absoluto. 'Difícil' no es la palabra porque sería extremadamente difícil para cualquier persona normal hacer esas cosas. Pero ella se entregó a ello y lo hizo fabulosamente bien. Se había encaminado hacia este proceso para su partida.

Quería irse después de que la consagración terminara. Durante tres días consecutivos de luna llena, en diciembre, enero y febrero, quería cocinar y servir a los brahmacharis. No con una cuchara para servir, sino con sus propias manos. El deseo de servir con tus propias manos es parte de la cultura india. Quería hacer esto en tres lunas llenas, y en la luna llena de febrero quería irse.

El proceso de consagración, tal como iba, seguramente se terminaría antes del 23 de enero. Pero sabía que algo iba a pasar que pospondría todo en gran medida, poniendo todo en riesgo. Así que en algún momento del 14 de enero, hice que las personas involucradas hicieran un voto de que para la próxima luna llena en febrero, lo terminaríamos. No

importa qué, lo que sea necesario, lo terminaríamos. Dijeron que sí, pero dije, 'Eso no es suficiente, tienen que realmente hacer un voto.' En realidad, los hice gritar tres veces, que lo íbamos a hacer. Estoy tan absolutamente comprometido a cumplir la voluntad de mi Guru, que estoy dispuesto a entrar en el vientre de alguien, nacer, hacer que esa mujer pase por todo eso, crecer, todo con una sola agenda: hacer una cosa. Soy así de implacable.

Era el sueño de mi Guru consagrar el Dhyanalinga y, de alguna manera, me lo transmitió a mí. Había pasado vidas tratando de hacer esto, y ahora que estábamos tan cerca de terminarlo, quería completarlo con Vijji a mi lado. Sin ella, significaría empezar todo de nuevo y eso era casi imposible.

Mientras los planes para la consagración estaban en progreso, paralelamente, el plan de Vijji de irse también estaba en marcha. Habíamos visitado a sus padres y a mis parientes por última vez. Intentó transmitir lo mismo a la familia, pero nadie lo entendió ya que estaba saludable y bien. Cuando dijo que esta era su última visita, pensaron que estaba enojada con ellos. También asistimos a una boda familiar después de mucho tiempo. Había estado tan ausente en estas ocasiones sociales que muchas personas conocieron a Vijji por primera vez solo entonces. Luego, el 21 de enero, dejamos a nuestra hija, Radhe, en la escuela. Vijji ya le había estado diciendo a Radhe durante algún tiempo que se iba. El cumpleaños de Radhe es en marzo, así que le decía que no estaría allí para su cumpleaños, y para entonces ya se habría ido. La niña y Vijji hablaban de manera muy directa sobre que ella no estaría allí y cómo yo vendría y haría esto y aquello. Yo dije, '¿Por qué le haces esto a la niña? Déjala en paz.' Ella dijo, 'No, no. Tengo que decírselo. No quiero que sienta que me fui sin decírselo.'

Regresamos de Ooty en la tarde del 21 de enero. En la tarde del 23, se fue. Lo que pensó que sucedería en la luna llena de febrero sucedió un mes antes. Ese día, hubo una alineación planetaria extremadamente rara y arquetípicamente apropiada.

Dicen que ocurre una vez cada 200 años. También era *Thaipoosam*, un día que muchos sabios del pasado habían elegido para su propio Mahasamadhi. Así que estos factores también influyeron.

Vijji—una intensidad que no puede ser contenida, unas semanas antes del Mahasamadhi.

Esa noche, un grupo de personas del Centro de Yoga se había reunido en el santuario, como lo hacían en las noches de luna llena. Vijji ya había cocinado para ellos. Íbamos a meditar juntos y ella les serviría comida después de eso. Unos minutos después de que todos se sentaron a meditar y cerraron los ojos, ella se levantó y fue al

baño. Me molestó un poco esto porque una vez que nos sentamos a meditar, nadie mueve ni un miembro, mucho menos levantarse e irse. Pero ella fue al baño y regresó unos minutos después. Se había quitado los brazaletes de oro, los pendientes y los anillos de los pies, los dejó en el baño y regresó. Después de un tiempo, simplemente pronunció 'Shambho' tres veces y se desplomó hacia su izquierda. Y eso fue todo. Noté que algo estaba mal y le pedí a uno de los brahmacharis que la atendiera, y otro trajo un poco de agua. Pero ya se había ido.

Lo que había logrado no es un juego de niños. Incluso yoguis consumados lucharán por alcanzar esto. Incluso un *gnani*[5] como Nirmalananda, quien pasó su vida en sadhana espiritual, luchó por alcanzar esto. Sacar esta vida de este cuerpo sin dañar el cuerpo, requiere algo más. Uno tiene que generar una cantidad tremenda de energía, lo que requiere sadhana intensa. Ella conocía los métodos para lograr esto y estaba trabajando para ello. Pero nunca imaginé que sin mi ayuda podría generar la energía necesaria.

Además, había ciertas cosas que hacer, que ella no tenía forma de saber. Por ejemplo, cuando iniciamos a las personas en cierta sadhana, les damos algo como un anillo de metal o una pulsera para usar. Nunca deben quitárselo a menos que el Guru lo diga. Esto se debe a que, a veces, durante ese tipo de sadhana, podrías accidentalmente salir de tu cuerpo. Si hay algo de metal en ciertas partes de tu cuerpo, lo evitará. Nunca se lo mencioné a ella. Sin embargo, de alguna manera, intuitivamente, se había quitado todas sus joyas en ese momento. Debió haber visto que estaban impidiendo que se fuera.

Algunas personas me preguntan, ¿podría haber sido detenida? El trabajo de consagración aún no estaba completo. Además, ella era mi esposa y dejaba atrás a una niña pequeña, entonces, ¿por qué no la detuve? ¿Podría haberla detenido? Yo digo, sí, es posible. Cualquiera podría haberla detenido.

Debes saber, no solo un Guru, cualquiera puede detenerte. Has oído todas esas viejas historias donde algunos sabios estaban meditando y algo venía y los distraía. ¿Por qué, incluso el mismo Shiva se distrajo?[6]

Entonces, una simple distracción puede hacerlo. No se necesita ningún Guru o alguna capacidad espiritual para distraerlos. Es solo que si han ido más allá de cierto punto, entonces, hagas lo que hagas, tales cosas no pueden distraer

los. Aún así, un Guru puede detenerlos si quiere, pero, al mismo tiempo, si han llegado tan lejos, ¿quién querría detenerlos? Puedes detenerlos antes de que lleguen a ese punto, pero si han llegado a ese punto, no los detendrás. No tiene sentido detener a una persona así; es en contra de la misma esencia de nuestra existencia.

El Mahasamadhi no debe confundirse con el suicidio; como he explicado, es diferente ya que no daña el cuerpo físico.

Además, alejarse de un cuerpo sano y vivo significa que tienes suficiente dominio sobre tu vida para crearla o destruirla. Así que cuando alguien se va de esa manera, con tanta intensidad, no intentas detenerlos. No importa quién sea, si es tu padre, tu madre, tu esposa o tu hijo, ¿qué importa? Tales cosas no existen en ese plano. Alguien siendo esposa o esposo solo es verdad en nuestra esfera psicológica y fisiológica. Sí, Vijji era mi amada esposa, pero cuando ella entró en un cierto estado, ya no la veía como mi esposa. Ella se convirtió en una posibilidad que es trascendente y más allá de las relaciones personales.

Su nombre era Vijaya Kumari, que significa ‘hija de la victoria’. La más alta victoria posible para cualquier ser se convirtió en la suya. Toda su vida, solía decir que estaba orgullosa de ser mi esposa, pero con esto ella me hizo sentir orgulloso como su esposo y Guru.

Vijji

Ella conocía el Amor

y nada más

Ella era Amor

y nada más

El Señor necesita Amor

y nada más

Ella lo sedujo con su Amor

y Ella ya no está

Ha habido muchos otros casos de cómo las personas dejaron sus cuerpos a voluntad. Uno de esos casos interesantes es el de Layman Pang y su hija.

Layman Pang era un laico budista famoso en China en el siglo IX d.C.

Nació en una familia rica, pero en algún momento, él, su esposa, su hijo

y su hija renunciaron a todas sus posesiones y vivieron una vida itinerante mientras se dedicaban a la búsqueda espiritual. Un día, cuando tenía unos setenta años, decidió que era el momento de dejar su cuerpo en un día determinado. En ese momento, solo su hija vivía con él. En el día señalado, los dos prepararon la habitación para su partida.

Se bañó, se puso su túnica y se sentó con las piernas cruzadas en su cama. Quería irse al mediodía. Así que le pidió a su hija que mirara por la ventana y le avisara cuando fuera exactamente mediodía.

Habiéndose criado bajo la tutela de su padre, la hija de Layman Pang, Ling-chao, era una buscadora espiritual consumada.

Layman Pang a menudo comentaba sobre la capacidad de Ling-chao para captar las cosas muy rápidamente. Ese día, Ling-chao se sentó mirando por la ventana, esperando el mediodía. De repente, le informó a su padre que había un eclipse. '¿Es así?' preguntó Layman Pang. 'Sí, por favor ven y mira tú mismo,' respondió ella. Entonces Layman Pang se levantó de su asiento y miró por la ventana. Inmediatamente, Ling-chao saltó a la cama de su padre y, sentada con las piernas cruzadas, dejó su cuerpo en un momento.

Cuando Layman Pang regresó y vio lo que había sucedido, dijo, 'El camino de mi hija siempre fue rápido. Ahora ella se ha adelantado a mí.'

La gente dice que Ling-chao engañó a su padre para irse antes que él. Pero puede que no sea así. Probablemente, Layman Pang había preparado el ambiente tan bien que su hija se sintió instintivamente atraída hacia la cama y la naturaleza de las energías que él había creado fue tal que ella, quien también era una practicante espiritual, pudo dejar el cuerpo en ese instante. Layman Pang miró la situación y calmadamente salió, recogió leña y realizó una ceremonia de cremación. Luego observó el período de luto tradicional de siete días,

al final del cual el gobernador de la provincia visitó a Layman Pang para darle sus condolencias. Mientras hablaban, sentados al lado del gobernador, Layman Pang dejó su cuerpo.

PARTE II

La Gracia de la Muerte

Conviértete en Mí

Nací en el vientre de mi Madre

pero ella no me creó

Yo como la sal de esta Tierra

pero no le pertenezco

Es a través de este cuerpo que camino

pero yo no soy él

Es a través de mi mente que trabajo

pero ella no puede contenerme

En las limitaciones del tiempo y el espacio vivo

pero no me ha negado lo ilimitado

Nací como tú, como como tú,

duermo como tú y moriré como tú

pero lo limitado no me ha limitado

Las ataduras de la vida no me han atado

A medida que avanza la danza de la vida

este espacio, esta ilimitación se ha vuelto

insoportablemente dulce

Conviértete en amor y extiéndete

Conviértete en mí

C A P Í T U L O 6

Preparándose para una Buena Muerte

La mayoría de las personas en el mundo creen que morir mientras duermen es maravilloso. ¡Qué

horrible manera de irse!

¿Necesita la Muerte Preparación?

Si la muerte es inevitable, ¿cuál es la necesidad de gastar tiempo y energía preparándose para ella? Debes entender que lo que llamas muerte es un acontecimiento único. Es el último momento de tu vida. Casi todo lo demás en tu vida puede ocurrir muchas veces, pero el

momento final cuando trasciendes las limitaciones de tu cuerpo físico ocurrirá solo una vez en tu vida. Es lo último que harás en tu vida. Pasar de lo físico a lo no físico es el momento más grande de tu vida. Entonces, ¿no es muy importante que suceda de la manera más elegante y maravillosa posible?

Además, digamos que quieres ir a la ciudad de Coimbatore desde el Centro de Yoga. Está a solo 30 kilómetros de distancia, por lo tanto, típicamente, solo te subes a algún autobús y vas. No reservas un asiento en el autobús con diez días de antelación, llevas una maleta grande, empacas tu almuerzo y botella de agua y todo eso. Si no hay transporte disponible, incluso puedes caminar la distancia. Pero si quieres hacer un viaje largo, reservas tus boletos, llevas comida, agua y lo que puedas necesitar para este largo viaje. Ahora, si quieres ir a la Antártida, llevas casi todo contigo, ¿no es así? Debes saber que, comparado con el viaje después de la muerte, el viaje desde tu nacimiento hasta la muerte es solo uno corto. El tiempo que un ser pasa en un estado encarnado no es nada comparado con el tiempo que pasa en un estado desencarnado. Sin embargo, has hecho demasiados preparativos para esto. Has comprado suficiente ropa para usar durante tres vidas, calzado para ocho vidas y muchas otras cosas. Pero para el viaje después

de la muerte, que es muy largo, ¿no deberías hacer también preparativos adecuados?

La razón por la cual morir bien es muy importante es porque, cuando un ser está desencarnado, si su experiencia se vuelve celestial o infernal depende en gran medida de cómo muere. No completamente, pero en gran medida. Prepararse para la muerte no se trata de reunir mucha información y satisfacer la curiosidad sobre algo por venir. Si quieres aprovechar la oportunidad que presenta la muerte, no puedes acercarte a ella con miedo. Esto no es algo que puedas manejar de repente en ese momento. Por lo tanto, es importante que en muchos niveles nos preparemos para la muerte de antemano. Si puedes manejar este último momento consciente de tu vida con gracia, al menos pasarás bien la fase desencarnada. No la harás infernal.

Desafortunadamente, la mayoría de las personas crean miedo en ese momento. Simplemente se aferran, diciendo, 'No quiero morir'. Algunas personas en realidad se aferran desesperadamente a una sábana o a la mano de alguien o algo. Esta no es una buena manera de irse. Con solo un poco de preparación, orientación e incluso un poco de ayuda, lo que ahora se considera una catástrofe puede convertirse en una gran oportunidad para la posibilidad espiritual. De alguna

manera, desde una perspectiva espiritual, lo que tal vez no ocurrió en la vida puede lograrse en el momento de la muerte, si se maneja con sensatez. Esto se debe a que es muy fácil desatar los nudos de todo lo que has acumulado en ese momento final. Pero si no estás preparado o tienes miedo de ello o eres ignorante de las formas de la vida, crearás resistencia hacia ello y perderás esa posibilidad por completo.

Todos deberían saber cómo morir por sí mismos. He estado diciendo a la gente que cuando muera, me aseguraré de que nadie tenga que siquiera llevarme a mi tumba. Caminaré hasta mi tumba. Sabes, construyeron un samadhi para mí en el Centro de Yoga hace muchos años. Todavía está allí en el Centro de Yoga. Siempre habíamos planeado irnos en un momento determinado, una vez que el Dhyanalinga estuviera terminado. Así que preparamos esto. Tuvimos muchas discusiones sobre esto como, 'No pongas demasiados escalones porque tal vez en ese momento no podré bajar demasiado,' y cosas por el estilo. Trabajamos en los detalles de cómo deberían ser la puerta, el cerrojo y el mecanismo de bloqueo para que yo pudiera cerrarla desde adentro, una última vez. Hicimos esto porque planeaba

caminar hasta mi tumba yo mismo para que esas cuatro personas se ahorraran algo de trabajo. Pero la estructura del samadhi no se usó y el dinero se desperdició, aunque eso es otra cuestión.

Así que todos deben hacer preparativos para su muerte, no solo externamente, sino también internamente. Debes ser capaz de sentarte en silencio y morir. Cuando la muerte es inminente, la mayoría de los animales salvajes se retiran a un lugar donde simplemente se sientan. No comen nada y mueren. Cuando incluso los animales, criaturas que reptan, tienen tanta dignidad sobre su muerte, ¿por qué los seres humanos quieren drama a su alrededor? En la vida, quieren drama, pero al menos la muerte debería conducirse de manera digna.

Idealmente, me gustaría enseñar a toda la población una manera en la que puedan vivir hermosamente, de manera dichosa, cada momento de su vida. Entonces, naturalmente, uno se irá de la mejor manera posible. Pero a medida que envejezco, me doy cuenta de que requiere mucho tiempo y esfuerzo. Así que, si eso no es posible, me gustaría al menos enseñarles cómo morir bien, para que al menos puedan manejar el último momento de sus vidas con sensatez. Es mi deseo que, por alguna razón, si las personas no pueden vivir de manera dichosa, al menos puedan morir bien. Pero mucho más es posible si uno hace un esfuerzo en esta dirección. Esta posibilidad está disponible no solo para yoguis consumados, sino también para cualquier persona sensata que esté dispuesta a seguir instrucciones

que están más allá de su comprensión.

Las personas en el camino espiritual a menudo van un paso más allá y eligen el tiempo, la fecha y el lugar de su muerte. Son capaces de fijarlo de antemano y partir en ese momento, porque han creado la conciencia necesaria dentro de sí mismos para que, cuando llegue el momento, puedan agrupar las energías vitales y dejar el cuerpo conscientemente. Dejar este cuerpo conscientemente y marcharse sin dañarlo, como quitarse la ropa, es la posibilidad última en tu vida. Si tu conciencia ha crecido hasta tal punto que sabes dónde estás tú como ser y este cuerpo físico que has reunido están conectados, entonces puedes desentrelazarte cuando el momento sea adecuado para ti. Esta es la preparación última que puedes hacer para tu muerte.

Cuando hablamos de hacer preparativos para la muerte, la gente pregunta, '¿Y si la muerte es repentina? ¿Cómo puede una persona así morir bien?' La muerte nunca es repentina. Puede que no la hayas previsto, pero nunca es repentina. Las películas de hoy son grandes culpables de difundir esta falacia de la muerte instantánea.

Piensan en la vida como una cantidad que está dentro y que sale *¡pop!*

cuando alguien es disparado. No es así. Míralo de esta manera: supongamos que te disparo en la cabeza ahora mismo, ¿todo tu aliento se irá de una vez? No, ocurrirá lentamente. Una vez que la compresión de la caja torácica se haya ido, se filtrará lentamente. De manera similar, la vida se filtra, con el tiempo.

Pero en el momento en que el cuerpo se vuelve inerte, tu experiencia de la vida se ha ido.

Tu experiencia del cuerpo y tus sentidos se ha ido, pero la experiencia en sí misma todavía está allí. Esto es así incluso cuando estás durmiendo. Hay una experiencia allí, pero no puedes volverte hacia adentro y acceder a esta experiencia. Una vez que tus sentidos están desconectados, no tienes experiencia del mundo o del cuerpo, pero la experiencia de la presencia todavía está allí.

Ahora, supongamos que un hombre fue disparado en la cabeza, ¿tiene también la oportunidad de morir pacíficamente? Digamos que un hombre cayó del techo y murió. Desde tu perspectiva, porque ves el cuerpo descomponiéndose, puedes pensar que es una muerte violenta. Pero para el hombre que ha caído, puede haber muerto de manera muy pacífica dentro de sí mismo en esos últimos momentos. O puede

haber muerto de manera violenta. La violencia no está en la forma en que el cuerpo se descompone. La violencia está en la forma en que el ser humano lo experimenta en ese momento. Como observador externo, estás juzgando la violencia por lo que le pasó al cuerpo. Pero no puedes saber lo que le pasó al ser. Solo él lo sabe, a menos que sepas las formas de saberlo.

Alguien puede morir rodeado de su familia, pero en el último momento, puede haber mirado a su pariente diabólico. Puedes pensar que murió pacíficamente en su cama, pero no, ¡puede haberse aterrorizado y haber muerto una muerte violenta! Alguien puede haber muerto en un accidente de coche donde su cuerpo se rompió en pedazos, pero en el último momento puede haber dicho 'Shiva', o alguna otra cosa y haber muerto pacíficamente, no lo sabemos. La violencia de la muerte no está determinada por lo que le pasó al cuerpo; depende de lo que ocurrió dentro de esa persona.

Un hombre que es disparado en la cabeza no está en desventaja en comparación con una persona que está muriendo de alguna enfermedad o vejez o lo que sea. Necesitas entender esto: por repentina que sea la muerte, ya sea un ataque al corazón, un accidente de coche, un accidente aéreo o una bala en la cabeza

—todavía hay unos momentos entre la lesión y la muerte. Incluso si la cabeza de un hombre es cortada de repente, aún tiene unos momentos entre esa lesión y la muerte. Esos pocos momentos pueden convertirse en momentos de conciencia si ha puesto una cierta cantidad de conciencia en su vida.

Por otro lado, incluso si alguien le dio a algunas personas una vida de cien años, es posible que en estos cien años no se vuelvan conscientes. Esa es la realidad de la vida. Alguien que es disparado de repente tiene solo unos pocos momentos, pero es todavía la misma realidad. Si has vivido una vida de conciencia, entonces es muy posible que incluso en el último momento puedas volverte consciente. Si esto tiene que ocurrir, tienes que construir una vida de conciencia. Solo entonces puedes estar consciente en tu muerte.

Por eso es importante desarrollar esta conciencia durante tu vida para que no importe cómo te llegue la muerte, tendrás la capacidad de morir bien. Algunas personas solo pueden vivir bien si les vienen buenas situaciones. Algunas personas viven bien, sea cual sea la situación que les venga. Esto es igual con la muerte. Si desarrollas la capacidad necesaria, de cualquier manera que venga la muerte, podrás mantener tu conciencia y morir bien. Si no has vivido una vida de

conciencia, la posibilidad de que te vuelvas consciente de repente en una situación extrema como la muerte no surge en absoluto. Digamos que el doctor le dice a alguien, 'Tienes cáncer, tienes solo un mes de vida,' ¿cuántos de ellos se vuelven conscientes porque tienen un mes de tiempo de preparación? Pueden simplemente volverse paranoicos. Solo unos pocos se vuelven conscientes y aprovechan esta notificación anticipada.

Sueño, Ojas y Muerte

Hay ciertas preparaciones que uno puede hacer para la muerte que involucran el sueño y la generación de *ojas*. 1 Ahora, ¿hay alguna conexión entre el sueño y la muerte? Fundamentalmente, el dinamismo de lo físico tiene que tocar la inercia de lo no físico. Este es el principio Shiva-Shakti. Shiva es inercia, Shakti es dinamismo. Todo en el Universo físico tiene que pasar por eso. Está ocurriendo de muchas maneras en la Existencia. Ya sea un átomo, una ameba, un ser humano, el planeta, el sistema solar o el Universo, todos están en estos ciclos de dinamismo e

inercia porque este es el ciclo más fundamental. Las vidas son diferentes dependiendo de quién eres, qué eres, pero es el mismo principio en operación. Inhalación-exhalación, vigilia-sueño, día-

noche, vida-muerte, creación-disolución, todos estos son fundamentalmente el mismo proceso.

De cierta manera, lo que llamas sueño es también como la muerte. Mueres, pero te despiertas con el mismo maldito cuerpo. En realidad, incluso con el sueño, si estás muy cansado y te acuestas después de un buen sueño, parece que te despertaste con un cuerpo nuevo. La muerte es cuando te fuiste a dormir y te despertaste para encontrar que el cuerpo se ha encogido. ¡Tienes que crecerlo de nuevo! Ahora, si estás consciente durante esta transición entre los estados de dinamismo e inercia, puedes bajarte del autobús. Si puedes moverte de la vigilia al sueño permaneciendo completamente consciente, también te moverás muy fácilmente de la vida a la muerte completamente consciente, porque en su esencia fundamental, no es diferente. Es solo moverse del dinamismo a la inercia. Si puedes moverte conscientemente de un estado a otro en estos ciclos de Shakti a Shiva, entonces habrás trascendido muchas cosas.

Puedes probar esto con tu sueño esta noche. Cuando estés quedándote dormido, cuando estés pasando del estado de vigilia al sueño, ve si puedes estar consciente en ese momento. Si puedes estar consciente en

ese momento, entonces podrás estar consciente en ese momento cuando pases del estado corpóreo al estado incorpóreo.

La mayoría de las personas duermen sin ninguna conciencia. Pero en ese momento final cuando estás transitando de la vigilia al sueño, si puedes simplemente estar consciente, estarás despierto en tu sueño. Si puedes manejar esta conciencia, algo tremendo sucederá.

Ahora, si conscientemente traes alguna cualidad a los últimos momentos antes de quedarte dormido, esa continuará también en tu sueño. Digamos que haces que el momento de quedarte dormido sea muy amoroso o feliz dentro de ti mismo, verás que esa cualidad continuará también a través del sueño.

Eso es exactamente lo que sucederá con la muerte también, pero mucho más intensificado.

Si, en el momento final, se introduce una cierta cualidad, entonces esa cualidad continuará.

En lugar de aprender a permanecer despierto mientras duermes, lo cual es mucho más difícil, puedes aprender a dormir mientras estás despierto. Esto es

más fácil de entender. Si haces algo de sadhana, puedes lograrlo. Esto es lo que sucede en la meditación Shoonya: estás despierto pero estás dormido.

El cuerpo piensa que estás dormido, por eso disminuye el metabolismo. Pero estás despierto. Cuando estás sentado en Shoonya, de repente, el cuerpo piensa que te has ido y, en tu experiencia, tu mano desaparece, tu pierna desaparece, y así sucesivamente. Te has acercado sigilosamente al cuerpo. El cuerpo no sabe que estás despierto, pero si surge un pensamiento, de repente, se da cuenta de que te estás acercando sigilosamente y las piernas y manos vuelven.

Permanecer despierto en tu sueño tomará mucho más esfuerzo, pero dormir mientras estás despierto es una posibilidad. Pero si aprendes a mantener la conciencia durante cualquiera de estas transiciones, te ayudará enormemente a pasar por la transición del estado encarnado al estado desencarnado. Un camino mucho más simple, pero no tan efectivo, es Isha Kriya. 3

El proceso de la muerte también puede ser muy asistido si eres capaz de generar o reunir mucho ojas. En algunas culturas del Lejano Oriente, un ser Iluminado es referido como un *enso*. La palabra enso

significa un círculo. ¿Por qué un círculo? ¿Por qué crees que las ruedas de tu automóvil son todas circulares?

Las ruedas triangulares serían más elegantes, ¿no es así? ¿Por qué es circular, no triangular o rectangular o lo que sea? Porque cualquier cosa que sea circular tiene la menor cantidad de resistencia. Así que un ser Iluminado es referido como un 'enso' no porque sean redondos de cuerpo, sino porque han generado suficiente ojas que su paso por la vida y la muerte ocurre con la menor cantidad de resistencia.

En la cultura Yógica, esto se refiere cariñosa o traviesamente como robar a la Tierra. Este cuerpo es un préstamo que has tomado de la Madre Tierra. Ella es muy generosa con esto, pero cuando se trata de reclamar, es muy estricta. No te dejará llevar ni un solo átomo como recuerdo. Recuperará cada átomo. Así que los yoguis aprendieron cómo robar a la Tierra. Es decir, convierten lo físico en lo no físico. Ahora, ella no puede reclamarlo de vuelta. No puede reconocerlo. Esta cosa no física se conoce como ojas.

A veces hay personas en ciertos tipos de sadhana y, durante ese tiempo, comerán enormes volúmenes de comida. Por lo general, se maneja en aislamiento, por lo que la gente no llega a ver estas cosas. Comen los volúmenes que ningún cuerpo humano puede consumir. Comen la comida de diez personas,

pero no ganarán ni una onza y no tendrán ningún tipo de problemas de salud. Si comes esa cantidad de comida, tu estómago explotaría. Pero no ganarán peso porque, en esa fase particular, están transformando lo físico en lo no físico. Normalmente, la comida que comes se convierte en carne y sangre. Pero si haces ciertas cosas con tu sistema, transformará lo físico en lo no físico. Desarrollarás ojas, no cuerpo. Si tienes suficiente ojas a tu alrededor, tu paso por la vida y la muerte se volverá muy fácil. Pasarás por todo el proceso sin problemas.

Tener ojas te da un cierto cuerpo cuando pierdes el tuyo. Es como si no estuvieras hecho para el agua, no eres un pez. Así que si te pierdes en el océano, te gustaría tener al menos un pedazo de madera. Un pedazo de madera significaría mucho en esas circunstancias. Si tienes un pedazo del *kattumaram*, 4 es lo suficientemente bueno. Si tienes dos pedazos del kattumaram, puedes navegar y llegar a donde quieras. Así que cuando pierdes tu cuerpo físico, si tienes un pedazo de cuerpo, verás que puedes dirigir tu bote en la dirección que quieras. Esa es la intención de desarrollar ojas. Si tienes ojas, también lubricarás tu vida para que tu movimiento por este mundo también se vuelva fácil.

Entonces, ¿cómo se reúne ojas? Los kriyas que practicas por la mañana y la tarde son una forma de generar ojas. Si estás haciendo *kapalabhati*, 5 si lo haces lo suficientemente fuerte, desarrollas ojas. Ahora mismo, cuando haces kapalabhati, puedes sentir el calor general en la cara y la cabeza. Eso está bien para la salud y el bienestar. Si haces kapalabhati correctamente, se volverá unidireccional; el calor se generará en un solo punto, justo en la parte superior de tu cabeza. Si haces kapalabhati así, entonces se desarrollará ojas. En este momento, los brahmacharis están haciendo varias sadhanas de Surya Kriya. Si haces eso, se desarrollará ojas. La *kumbhaka sadhana* 6 que practican desarrollará una enorme cantidad de ojas. Cuando desarrollas ojas, si observas cuidadosamente, no tendrás una sombra clara. Debido a las ojas, la luz se confundirá o se difundirá. Borrar los límites físicos no por daño sino envolviéndose en ojas es también Yoga o unión.

Por qué la Gente Teme a la Muerte

El miedo a la muerte ha surgido debido a una cierta ignorancia y falta de conciencia. La mayoría de las personas se aterroriza incluso al ver un cadáver. Entiendo que para las personas que los amaban, para las personas que se preocupaban por ellos, perder a alguien querido es una gran pérdida. Pero ¿por qué la gente tiene miedo de ver un cadáver? Los cuerpos vivos pueden ser peligrosos, eso lo puedo entender. Pueden hacer muchas cosas, pueden fingir que te quieren, pero mañana pueden matarte. Pero los cuerpos muertos son absolutamente seguros, ¡sin embargo, la gente les tiene miedo!

En muchas partes del mundo, a los niños se les dice que ni siquiera pronuncien la palabra ‘muerte’ dentro de la casa, porque tienen la estúpida esperanza de que si no pronuncias esta palabra, no entrará en la casa. Este miedo morboso a la muerte no es natural. Tal vez la mayoría de las personas lo hayan aceptado, eso es diferente, pero el miedo no es un proceso natural. La muerte es un proceso natural. Si la vida ocurre, entonces la muerte es natural. Tener miedo de algo natural es antinatural. El miedo a la muerte es simplemente porque no estamos en contacto con la realidad. El miedo a la muerte nos ha llegado porque nos hemos identificado profundamente con este cuerpo. Nuestra identificación con este cuerpo se ha vuelto tan fuerte porque no hemos explorado otras dimensiones. Si hubiéramos explorado otras dimensiones de experiencia, si nos hubiéramos establecido en otras dimensiones de experiencia, el cuerpo no sería un problema tan grande.

Hablas de tu cuerpo como si vinieras con él. No lo hiciste. Solo lo

reuniste. Lo reuniste mientras estabas en el vientre de tu madre y continuaste reuniéndolo después de tu nacimiento. Lo que sea que acumulemos, podemos decir, 'Esto es mío.' Pero no puedes decir, 'Esto soy yo.' Ahora, si tomo la taza de la que bebo agua y digo, 'Esta es mi taza,' pensarás, 'Sadhguru parece tener algún problema. Pero déjame escuchar un poco más, todos dicen que es sabio.' Pero después de un tiempo, si digo, 'Esto soy yo,' definitivamente dirás, 'Déjame alejarme de esta persona.' Pero estás haciendo lo mismo con tu cuerpo, por eso haces tanto escándalo al deshacerte de él.

Supón que comiste en exceso y reuniste mucho cuerpo durante las próximas semanas y luego hiciste ejercicio y bajaste algo de eso, no lo llamas muerte. Reuniste algo y lo devolviste. No es gran cosa. Estarías feliz y aliviado, no angustiado por ello. Debería ser lo

mismo con la muerte. Lo que conoces como muerte es solo un poco de purga.

Con la edad, la carne comienza a perder su vigor, por lo que necesita ser limpiada. O devuelves lo que reuniste alegremente o lo devuelves llorando. Esa es una elección que tienes. La muerte es como si tomaras una pala de tierra y la devolvieras. Pero, en cambio, si miras esta pala de tierra y te apegas mucho a ella, llorarás como un niño cuando caiga de tu pala. Es como un niño, que tomó un pequeño guijarro de algún lugar, llegó a casa y lo perdió. Está desconsolado. Llora inconsolablemente. Si todo lo que conoces es solo el cuerpo, entonces esto es lo que te sucederá. Pero si hubieras conocido algo en tu vida que es más que el cuerpo, entonces deshacerte del cuerpo no será un gran problema para ti.

Lo que refieres como vida es esencialmente como un préstamo a plazo de un banco.

Pueden darte un préstamo a diez años, pero no es tuyo; debes devolverlo. Con algunos trucos, puedes extenderlo a doce años. Si eres muy astuto, puedes extenderlo a quince años. Si eres súper astuto, tal vez puedas extenderlo a veinte años. Eso es todo. Más allá de eso, nadie lo ha extendido hasta ahora. La gente puede contarte historias de que alguien vivió 4000 años, o 10,000 años porque probablemente quieren hacer una película, pero nadie ha extendido la vida tanto. Hay formas de hibernar la vida para que aún mantengas tu intención más allá del cuerpo y puedas tomar un cuerpo nuevamente y regresar. Eso es un asunto diferente. Eso no es extender tu vida. Eso es manejar el ciclo natural conscientemente.

Ahora, en general, en la sociedad, la gente te ha convencido de que, después de todo, el miedo a la muerte es natural. Lo que sea que la mayoría de la gente haga, dicen que es natural. Si la mayoría de la gente estuviera fumando cigarrillos, la gente diría que fumar es algo natural, ¿no es así? Esto estaba ocurriendo en el pasado. Incluso ahora, ciertos grupos de personas dicen que es natural. Un ser humano no está hecho para fumar; no eres un automóvil. No es natural para ti fumar. Pero la gente lo hará natural.

Cuando estaba creciendo, mi falta de miedo causaba mucha ansiedad a mi padre. Él seguía diciendo, '¿Qué le pasará a este niño? No hay miedo en su corazón por nada.' Un día, me di la vuelta y le pregunté, '¿Cuándo se convirtió el miedo en una virtud?' El miedo no es una virtud, pero la gente

lo ha hecho tan natural que piensan que falta algo si no hay miedo. De manera similar, ahora mismo, el miedo a la muerte ha sido hecho natural por la sociedad.

En algún lugar del camino, el miedo al dolor se ha mezclado con el miedo a la muerte porque mucha gente piensa que la muerte va a ser dolorosa.

Por eso piden a los médicos que les den algo para que puedan irse sin dolor. La muerte no es dolorosa, créeme. Es muy agradable. No sucede por ninguna cosa en particular. Está ocurriendo todo el tiempo.

Es solo que en algún momento la gente se da cuenta de que les ha sucedido, otras veces no se dan cuenta. La ruptura del cuerpo puede doler. Eso puede ser doloroso, pero no la muerte. La enfermedad que causa la muerte puede ser dolorosa, la lesión que causa la muerte puede ser dolorosa, pero la muerte en sí no es dolorosa. Una vez sucedió: Shankaran Pillai se cayó del segundo piso y gritó. La gente se reunió y preguntó, '¿Por qué? ¿Te dolió la caída?' Él dijo, 'Idiotas, no es la caída, fue el detenerse.' En la comprensión de la gente, a menudo una cosa se mezcla con la otra.

El miedo al dolor es algo fisiológico. El cuerpo construye esto como un mecanismo de supervivencia, en anticipación al dolor. Es una realidad fisiológica y no quieres pasar por eso porque sabes cuán desagradable puede ser. Pero el miedo a la muerte no tiene base porque la muerte no es dolorosa.

¿Entonces por qué la gente teme a la muerte? Digamos, tomaste un préstamo de un millón de dólares de mí, y en diez años, creció a mil

millones de dólares. Ahora, si te digo que voy a tu casa, me darás una maravillosa bienvenida. Si te pido mi millón de dólares, felizmente me lo devolverás y tal vez algo más también. Me considerarás tu gran amigo porque te di el dinero hace diez años. Pero si has malgastado el millón de dólares que te di, si digo que voy a tu casa, me sentiré como la muerte para ti. Temblarás en tus pantalones.

En realidad, para muchas personas, sus cobradores de deudas les crean más miedo que su muerte.

El miedo a la muerte es también así. El planeta Tierra te está diciendo que es hora de devolver tu préstamo. Sin intereses, nada. Si hiciste algo realmente maravilloso con él, lo devolverás con alegría y te irás. Pero si no hiciste nada con él excepto vivir tu vida psicológicamente, estarás aterrorizado. Aquellos que no lo han aprovechado siempre intentarán

esquivar. Aquellos que tienen éxito en conocer y existir como una vida plenamente desarrollada están dispuestos a devolverlo con alegría sin ningún problema. Aquellos que nunca realmente vivieron y solo lo pensaron están asustados y desconcertados.

Si realmente lo miras, no tienes miedo a la muerte física como tal.

Supón que has envejecido y Dios te ofrece un trato, 'Está bien, dame este cuerpo viejo y te daré un cuerpo nuevo,' ¿quién no querría aceptarlo? Entonces, realmente no tienes miedo de perder el cuerpo como tal. El miedo a la muerte tiene que ver con lo que crees que perderás con la muerte. El miedo a la muerte es esencialmente el miedo a la pérdida. Si alguien va a perder su trabajo o todo su dinero o a alguien que le es muy querido o a una persona de la que depende mucho, tendrá mayores temores. Lo que experimentan es similar a lo que atraviesan si van a morir. La gente incluso se suicida en lugar de pasar por eso. El verdadero miedo no es que el cuerpo se vaya a romper un día. '¿Qué me pasará a mí?' es el verdadero miedo.

Fundamentalmente, lo único que puede ser lastimado, lo único que puede sentirse pisoteado, lo único que puede ser abusado en ti es tu ego o tu persona. Solo tienes miedo constantemente de perder esta imagen que has construido de quién eres. Esa es la mayor barrera, una burbuja de la que no estás dispuesto a salir. De hecho, si de alguna manera ideamos formas de desprestigiarte y abusarte, no físicamente sino en todos los demás aspectos, en realidad desearías la muerte antes que pasar por eso. Ahora, la muerte sería un regalo, la muerte sería una benevolencia en lugar de pasar por todo eso.

A veces, este mismo miedo se traduce en muchos aspectos diferentes.

Una persona convertirá su miedo a la muerte en: 'No me preocupa morir, sino mis hijos, ¿cómo sufrirán?' Entonces sufrirán con ese miedo. Otra persona sufre por el miedo de 'No quiero morir', simplemente porque no sabe nada más allá de eso. Este es un miedo a perder todo lo que conozco como yo mismo y el mundo y la vida.

¿Has notado que las personas que están convencidas de que ganarán algo con la muerte se enfrentan a ella sin ningún miedo? Si entiendes que no hay nada que perder, porque de todos modos viniste sin nada y no hay nada que perder, el miedo a la muerte no será relevante.

Cómo Lidiar con el Miedo a la Muerte Ahora mismo, toda tu experiencia de vida está limitada a este cuerpo. No importa qué tipo de enseñanzas te den otras personas, no importa.

Alguien puede decirte que no eres el cuerpo o que eres el *atma* (alma), o el *paramatma* (super alma)7 o lo que sea, pero en tu experiencia, este cuerpo eres tú. Cualquier Gita8 que te lean, cualquier Upanishad que te lean, tu experiencia sigue limitada al cuerpo físico. Entonces temes perderlo. Pero si exploras y te estableces en otras dimensiones de experiencia, el cuerpo se convertirá en algo fácil de manejar. La vida o la muerte no harán una gran diferencia. Fundamentalmente, la muerte significa que estás dejando lo que has reunido en esta vida en términos de contenido físico y contenido psicológico. Puedes pensar muchas cosas sobre ti mismo como persona, pero en cuanto al planeta se refiere, simplemente se está reciclando. Te expulsa y te vuelve a atraer. En esa expulsión, tienes la oportunidad de trascender todo este ciclo. Pero si trasciendes o no, depende completamente de ti.

Además, cuando tu experiencia de vida está limitada al cuerpo físico, no solo temes la muerte, sino también la vida y buscas seguridad.

Y este miedo a la vida, a su vez, te hace cortejar la muerte, porque buscar seguridad es cortejar la muerte. ¿Has notado que si la gente se siente insegura, simplemente se acurrucará y dormirá? Simplemente regresan a esa posición fetal.

La necesidad es regresar al útero. El útero no está realmente en la madre; el útero está realmente en la muerte. La madre física es solo una pequeña manifestación de eso, pero el verdadero útero está en la muerte. Cuando la gente se siente insegura, quiere beber y dormir porque el sueño es solo una pequeña manifestación de la muerte. La gente quiere dormir absolutamente como un tronco porque les da

libertad de la vida. Todo este asunto de 'cortejar la muerte' ha surgido debido a la necesidad de seguridad.

¿De dónde surgió la inseguridad, en primer lugar? La inseguridad te llega debido a la identificación limitada. Te identificas como un cuerpo, y solo por eso, existe toda esta inseguridad. Tu cuerpo es una burbuja frágil que has inflado. El miedo a la muerte es simplemente porque existes aquí en esta vasta Existencia como una persona diminuta. Si has probado la ilimitación en ti, si realmente te has experimentado más allá de las

limitaciones de lo físico y lo mental, no habría miedo. Por eso hay tanto énfasis en usar tu tiempo y tu vida para conocer lo que está más allá de lo físico. Por eso debes hacer sadhana. Pero muchas personas que tienen miedo a la muerte intentan volverse inmortales. Intentan vencerla. Este es un enfoque incorrecto. Si tienes miedo a la muerte, ahora, debes ver cuál es la base de esto. En lugar de ver cómo trascender tu identificación limitada, si intentas volverte inmortal, es solo una distracción; no te llevará a ninguna parte.

Si tu experiencia de vida se establece más allá del cuerpo físico, deshacerse de él es un asunto muy simple. Cuando quieres cambiarte de ropa, simplemente te cambias, ¿no es así? Si no te gusta, lo terminas y caminas desnudo. Depende de ti. Necesitas entender, una vez que este cuerpo ha cumplido su ciclo, se irá de todos modos, ya sea que te guste o no, ya sea que lo apruebes o no. Mientras exista, cuidar bien de él es definitivamente nuestra tarea. Pero si estás paranoico por la mala salud o la muerte, no cuidarás bien de él. En tu ansiedad, destruirás el cuerpo. La misma ansiedad de lo que puede sucederle a este cuerpo destruirá el cuerpo.

Confrontar tu miedo a la muerte puede traer una tremenda claridad y transformación en la vida de uno. Esto ocurrió hace algunas décadas. Una vez estuve en la ciudad de Bangalore y fui al mercado de verduras. No estaba allí para comprar nada; simplemente me gusta caminar por los mercados de verduras. Así que estaba caminando y de repente vi a este vendedor de verduras que estaba todo brillante e iluminado. No podía creer que un hombre así estuviera vendiendo verduras. Lo miré y al instante nuestras miradas se cruzaron y me reí.

Él también comenzó a reírse. Luego fui hacia él y comenzamos a hablar sobre cosas en general. Luego le pregunté, '¿Cómo es que un hombre como tú está vendiendo verduras aquí?' Fue evasivo. Dijo, 'Solo estoy haciendo mi trabajo aquí.' Charlamos un poco más y finalmente descubrí lo que había sucedido.

Parece que era un vendedor de verduras común y corriente. Un día, se enfermó, tan enfermo que pensó que iba a morir. Pero cada día se posponía un día más y un día más. Durante cuatro meses, esto continuó—

cada día pensaba, '¡Esto es todo!' Pero al final del día, aún estaba vivo. En estos cuatro meses, debido a estar constantemente con

la muerte, algo tremendo ocurrió dentro de él. Sus energías explotaron en un estado completamente diferente. Se volvió tan dichoso que no le importaba en absoluto si retenía el cuerpo o no. Una vez que no le importó, su cuerpo se recuperó completamente.

La mortalidad es la libertad del lazo mortal. El fundamento de la ignorancia es confundir el cuerpo acumulado con uno mismo. Romper eso es la Iluminación. Ahora, él volvió a su tienda de verduras y comenzó a vender verduras. Vio que su mala salud trajo un milagro tan grande a su vida, así que cualquiera que venga a comprar verduras de él, él los bendice: 'Que tú también te enfermes como yo.' Cuando dice enfermo, no te está deseando mal. Está deseando que de alguna manera, si a través de la salud no te ha sucedido, al menos a través de la mala salud puedas despertar, porque eso fue lo que le ocurrió a él.

Entonces, sea lo que sea: enfermedad, muerte o cualquier calamidad que ocurra alrededor

—puedes usarla para liberarte o puedes usarla para enredarte. Las calamidades, especialmente como la muerte y la enfermedad, son una tremenda oportunidad para mirar más allá de las limitaciones de lo que normalmente entiendes como vida. No necesitas que te ocurra; si eres inteligente, puedes aprender de las experiencias de otras personas. Has oído hablar de Gautama. Vio solo a un hombre enfermo, un hombre viejo y un cadáver, y se dio cuenta, 'Cualquier día, esto puede ocurrirme a mí, así que no tiene sentido huir de ello.'

Si alguien está enfermo, o alguien está muriendo, quiero que te sientes con ellos y veas que esto podría haber sido tú y que esto podría ser tú cualquier día. La enfermedad más horrible que alguien ha tenido—no la queremos, no la estamos deseando—pero debes saber, cualquier día, podría ser tú. No importa si tienes dieciocho o ochenta años, podría ser tú hoy o mañana.

Ahora, si ya tienes miedo y estás al final de tu vida, ¿qué hacer?

Fundamentalmente, el problema es que pensamos que hay una solución para la ira, otra solución para el miedo, otra solución para la

depresión.

No. No hay tratamiento como tal para estas cosas. Esto puede parecer simplista, pero la realidad fundamental es que tu mente no está siguiendo tus instrucciones. Hay dos facultades significativas que los seres humanos tienen: un sentido vívido de la memoria y un sentido vívido de la imaginación.

El miedo significa que tu imaginación está fuera de control. Así que es una cuestión de tomar el control de tus facultades en lugar de luchar contra el miedo. En realidad, no existe tal cosa como el miedo. En realidad, lo estás inventando.

Generalmente, la gente piensa que si el proceso de supervivencia mejora, si la comida y el refugio están asegurados, el miedo desaparecerá. Pero las sociedades acomodadas están demostrando claramente que no es así. Están haciendo una gran declaración: dennos toda la comida que quieran, todo el refugio que quieran, no importa, experimentaremos miedo por otra cosa. El terror que alguien experimenta entre la población civil en un país devastado por la guerra es mucho más agudo, pero verás que, cuando tienen un respiro de los bombardeos, todos jugarán, cantarán, bailarán y serán felices, porque de repente se dan cuenta del valor de la vida. Pero el miedo que sufren las sociedades acomodadas es endémico; está presente todo el tiempo, día tras día.

El miedo no es por una situación; es simplemente porque tu propio sistema psicológico no está en tus manos. Es esencialmente la forma en que mantienes tu mente. Desafortunadamente, la gente intenta manejar una consecuencia sin entender la causa. El miedo es una consecuencia de una cierta situación dentro de ti. Cuando intentas manejar el miedo, estás intentando manejar la consecuencia. Lo que se necesita es tomar el control de tu proceso fisiológico y psicológico, prestando atención al proceso de cómo generamos pensamientos, cómo generamos emociones, cómo conducimos nuestro cuerpo y cómo manejamos nuestra química.

La gente piensa que hablar más abiertamente sobre la muerte, ganar más exposición a la muerte, les ayudará a superar el miedo a la muerte. Esto es solo parcialmente cierto porque depende de cómo lo hagas. No tiene por qué funcionar para todos.

Alguien puede ver morir a personas y aterrorizarse,

o alguien más puede ver morir a mucha gente y volverse insensible.

Simplemente no les importa. Hay muchas personas así. Si vas a cementerios o crematorios o incluso a las morgues, en la mayoría de los lugares, la persona simplemente no se preocupa. Piensa que es inmortal. Todo es una cuestión de tu conciencia y cómo lo ves. Si estás listo para ello, de alguna manera eres sensible a ello, entonces podría hacer algo por ti. Pero muchas personas pueden volverse completamente insensibles. Siempre depende de la persona individual.

¿Existen ciertas prácticas que aún puedas hacer, ciertos tipos de ambientes que puedas crear a tu alrededor para que puedas gradualmente tomar el control de tus facultades incluso en el momento de la muerte? Una cosa que puedes hacer es recordarte a ti mismo sobre la muerte, tu muerte. Todos los días, solo pasa cinco minutos recordándote que eres mortal y que hoy podrías morir. Solo recuérdate esto y cosas maravillosas te sucederán. Gurdjieff fue un místico y maestro espiritual del siglo XIX que vivió en Europa. Durante su tiempo, lo llamaron un santo pícaro. Un pícaro, porque sus métodos eran tan drásticos; hacía cosas locas con la gente.

Él dio una solución al mundo: dijo que si quieres que todo el mundo se Ilumine, debemos plantar un nuevo órgano en el cuerpo de cada persona. El propósito de este órgano sería que varias veces al día este órgano te recuerde que también morirás. Simplemente recordándote constantemente que eres mortal y que podrías morir hoy te quitará el miedo a la muerte.

La meditación Shoonya en la que iniciamos a las personas no es un implante, pero también te recuerda la muerte. Todos los días, cuando te sientas para la meditación Shoonya, ves que tu personalidad se ha disuelto y solo hay una cierta presencia. Durante la meditación, todo lo que consideras como 'yo mismo' se convierte en nada. Es como si murieras. Cuando abres los ojos, todo está allí de nuevo. Así que dos veces al día, todos los días, mueres conscientemente. Si practicas esto conscientemente, cuando llegue el momento de morir realmente, ya no será un gran problema. Esto te liberará del miedo a la muerte.

Existen otras prácticas y procesos que pueden establecer claramente las dos dimensiones de la energía, *Ida* y *Pingala*. 9 Una vez que estas dualidades son claras en tu experiencia, la llama de *Sushumna*—esa energía que está más allá de las dualidades—se experimenta. Al experimentar lo no dual, la dualidad de la vida y la muerte se convierte en una. Es la ilusión de la dualidad y el apego a una de ellas lo que hace que la muerte sea una expectativa temerosa: ser arrancado de aquello que conoces. Dominar los Pancha Pranas, las cinco manifestaciones de la energía vital, o dominar los cinco elementos

también elimina la distinción entre la vida y la muerte. Una vez que los límites de la vida y la muerte—las dos dimensiones

de lo mismo—se rompen y puedes interactuar conscientemente con ambos, no habrá lugar para el miedo.

Entonces, ¿las personas que temen a la muerte siempre mueren de una manera terrible? En realidad, podría funcionar de ambas maneras. Algunas personas que siempre tuvieron miedo a la muerte pueden simplemente pasar por ella sin ningún problema cuando llega el momento real. Por otro lado, las personas que piensan que son muy valientes pueden no saber cómo manejarlo en ese momento. Hay muchos factores en juego. El contenido kármico de la vida de uno siempre juega un papel importante y el tipo de vida que has llevado hasta entonces definitivamente influye. Pero también se trata de la forma en que la muerte te llegó, en qué contexto. En ciertos tipos de contexto, pueden estar aterrorizados incluso si no están predispuestos a ello. En ciertos tipos de contextos, pueden aceptar la muerte simplemente porque el contexto era el adecuado. Por eso, en la cultura india, siempre se dice que una persona moribunda debe ser tratada con el máximo cuidado y respeto, y se ha puesto mucho énfasis en establecer el contexto adecuado. Esto lo veremos más adelante en el libro.

Cómo Vivir la Vejez

Cada criatura en el mundo, excepto el hombre, parece saber cómo morir con gracia. Si caminas en un bosque, incluso en uno rico en vida silvestre

, a menos que sea un animal que ha sido asesinado por un depredador, no encontrarás un cadáver simplemente tirado por ahí. ¿Por qué el bosque, incluso en las ciudades, donde las aves son en su mayoría cuervos en estos días, no encontrarás un cuervo muerto así. Todos saben cuándo es el momento de morir, así que se retiran a un lugar tranquilo y mueren con gracia. Solo el ser humano es ajeno a esto y muere de una manera que se vuelve cada vez más desprovista de gracia. Cuando llega la muerte, las personas que no sabían cómo vivir definitivamente tendrán problemas con cómo morir.

De muchas maneras, la vejez puede ser una gran bendición porque toda la experiencia de la vida está detrás de ti. Cuando te estás acercando a la muerte, es una oportunidad, porque cuando las energías se han debilitado y están progresando hacia dejar el cuerpo, es mucho más fácil volverse consciente de la naturaleza de tu

existencia. Cuando eras niño, todo era hermoso, pero tenías prisa por crecer porque querías

experimentar la vida. Cuando te volviste joven, tu inteligencia fue secuestrada por tus hormonas. Lo que sea que hiciste, consciente o inconscientemente, te empujó en esa dirección. Muy pocas personas son capaces de elevar su inteligencia más allá del secuestro hormonal y mirar la vida con claridad. Todos los demás están atrapados en ello. Durante la juventud, cuando el cuerpo es vibrante, es muy difícil volverse consciente porque estás tan identificado con tu cuerpo que no ves nada más allá de eso.

Sin embargo, a medida que envejeces, esto disminuye. A medida que el cuerpo pierde su vitalidad, te vuelves cada vez más consciente porque no puedes identificarte con ese cuerpo que está disminuyendo. Cuando llegas a la vejez, todos los anhelos se han terminado y la experiencia de toda una vida está detrás de ti. Así que una vez más, eres como un niño, pero tienes la sabiduría y la experiencia de la vida. Puede ser una parte muy fructífera y maravillosa de tu vida. Si cuidas bien tu proceso de rejuvenecimiento, la vejez puede ser una parte milagrosa de tu vida.

Desafortunadamente, la mayoría de los seres humanos sufren su vejez simplemente porque no cuidan adecuadamente su proceso de rejuvenecimiento. En su vejez, muy pocas personas pueden incluso sonreír. Esto se debe a que lo único que conocían en su vida era el cuerpo físico. Una vez que el cuerpo comienza a disminuir, se vuelven desalentados. Puede que no se haya enfermado, no es necesario que haya aparecido un cáncer terrible, pero en cada paso que das, la edad te está diciendo, 'Esto no es para siempre.' Si te estableces en otras dimensiones de experiencia, el cuerpo se vuelve algo fácil de manejar.

La vejez e incluso la muerte pueden ser una experiencia alegre. Para esto, necesitas saber cuándo irte y salir con gracia.

Cuando la muerte definitivamente va a ocurrir en la próxima semana o dos, es mucho más fácil volverse consciente. Hay ciertas cosas que se pueden hacer para volverse más consciente en ese momento. Uno debería simplemente acostarse. Ahora, si no sabes nada más, si no hay ayuda desde afuera, lo mejor es simplemente ver lo que no eres porque incluso si no puedes ver lo que eres, puedes ver fácilmente lo que no eres. Ahora, la vitalidad del cuerpo ha disminuido tanto pero la vida sigue. Así que puedes ver dentro de ti mismo la disparidad entre lo que eres tú y lo que es el cuerpo. Es mejor que pases tiempo viendo la distinción

entre lo que eres tú y lo que es tu cuerpo. Pasarás bastante sin esfuerzo.

Incluso a diario, uno puede hacer de esta conciencia una parte de su vida.

Cuando tienes hambre y quieres comer, simplemente pospónlo diez minutos. Sé consciente de tu hambre, no te ocupes con alguna otra actividad.

Retrasa conscientemente tu comida y espera. Incluso cuando normalmente te sientas a comer, solo sé consciente de tu hambre mientras miras la comida. Haz esto solo por dos minutos. Métodos tan simples pueden establecer lentamente la distinción entre la experiencia de uno mismo y el cuerpo físico. Existen, por supuesto, formas más sofisticadas de llevar esto a cabo. Tener hambre es un momento en el que es mucho más obvio que tu cuerpo es una acumulación. Por lo tanto, se ha dado tanta importancia al ayuno en todas las tradiciones.

En India, siempre se decía que no deberías morir entre tu familia.

La gente solía ir al bosque a morir, una práctica llamada Vanaprastha Ashrama. Significaba que después de una cierta etapa en la vida, la gente se retiraba de la familia y la sociedad y se retiraba a bosques o ashrams que se establecían para este propósito, y vivían allí alegremente. Pero hoy, desafortunadamente, la vejez significa 'ashrama del hospital'. Cuando llega el momento, el mejor lugar para morir siempre es bajo el cielo abierto, no el hospital. Si quieres ir a las montañas y sentarte allí solo y morir, está bien. Esa era la práctica ampliamente prevalente en un tiempo. Incluso Dhritarashtra, que era el emperador durante el Mahabharata, tomó el Vanaprastha. Él, junto con su reina, Gandhari, y la esposa de su hermano, Kunti, se fueron al bosque después de la guerra de Kurukshetra, con solo Sanjaya como asistente. Todos se habían vuelto viejos, por lo que eligieron ir al bosque a morir en lugar de morir en el palacio.

Aunque Dhritarashtra era ciego, muy parcial y estúpido en muchos aspectos, tenía suficiente conciencia para manejar su muerte con sensatez. Este es el significado de la inteligencia cultural o lo que se llama *samskara*. Esto falta en el mundo de hoy. Kunti había sufrido todo tipo de dificultades durante toda su vida; ahora, sus hijos habían ganado la guerra y se habían convertido en emperadores, así que al menos ahora podría haber disfrutado del palacio y morir en comodidad. Pero ella también decidió ir y morir en el bosque. Esta es

la gran sabiduría que prevalecía en aquellos tiempos, gracias a la cultura

de la búsqueda de la verdad. Ocurrió que un día los cuatro subieron una colina muy empinada y hubo un incendio forestal. Como los tres eran viejos, no pudieron correr o luchar contra el incendio forestal, así que simplemente decidieron ofrecerse al fuego. Dhritarashtra le dijo a Sanjaya, 'Me has servido muy bien hasta ahora, pero aún eres un hombre joven—vete.

Los tres nos entregaremos al fuego.' Sanjaya se negó a dejarlos, y los cuatro se quemaron voluntariamente en el incendio forestal.

Lo que hicieron Dhritarashtra y los demás fue algo bastante extremo, pero la población en general siguió el camino bien trazado del Vanaprastha Ashrama, que era más calibrado y funcionaba muy bien para todos.

Vanaprastha puede hacerse de una manera más organizada.

La Sabiduría del Vanaprastha Ashrama

En la antigua India, cuando las parejas tomaban el Vanaprastha Ashrama, a menudo se retiraban juntos y vivían una vida muy simple de 'volver a lo básico', hasta su muerte. Esto era para asegurar que murieran bien o tuvieran una buena muerte. Ahora, para la mente moderna, esto puede sonar muy duro e ilógico.

Después de todo, parece que cuando eres joven y saludable, cuando puedes soportar las dificultades, se te permite vivir en casas bien construidas con todas las comodidades y en medio de la sociedad, pero cuando te acercas a la vejez, cuando estás enfermo e inválido, se te requiere renunciar a todo y vivir en el bosque, defendiéndote por ti mismo. Pero si lo miras profundamente, hay mucha sabiduría en esta práctica. Era una forma simple de asegurar que incluso las personas que no tenían la maestría para dejar su cuerpo a voluntad pudieran alcanzar una buena muerte.

Esta práctica tiene sus orígenes en el sistema de Varnashrama, donde se estudiaba profundamente la naturaleza humana. Consideraban todos los aspectos de la vida humana: las necesidades, capacidades y posibilidades de uno, y evolucionaban un conjunto de directrices que aseguraban el bienestar del individuo y la sociedad. En consecuencia, designaban la naturaleza de la actividad a realizar y los ideales a perseguir durante cada una de estas etapas de la vida.

Esta división de etapas no era rígida, sino más en términos de directrices amplias sobre qué enfatizar en cada fase de la

Ashram o Etapa	Edad (Años)	Descripción	Meta
Balavastha (Infancia)	0–12	El objetivo es desarrollar el cuerpo y el cerebro a su máximo potencial. Se hace énfasis en comer, jugar y dormir durante esta etapa.	Desarrollo completo del cuerpo y el cerebro.
Brahmacharya (Estudiante de Celibato)	12–24	Durante este período, el estudiante típicamente deja el hogar para quedarse con un Guru y adquirir tanto conocimiento espiritual como práctico. El estudiante tiene dos deberes: aprender las habilidades de la vida y practicar una devoción inquebrantable hacia sus maestros.	Conocimiento.
Grihastha (Jefe de Familia)	24–48	Esta etapa de la vida está dedicada a ganar el sustento y criar una familia.	Riqueza y progenie.
Vanaprastha (Ermitaño en Retiro)	48–60	En esta etapa, una persona entrega las responsabilidades del hogar a la siguiente generación y se retira de los asuntos del mundo. La mayor parte de su tiempo se dedica a adquirir conocimiento y sabiduría espiritual.	Sabiduría.
Sanyasa (Renuncia)	60+	Esta etapa se caracteriza por la renuncia a los deseos y prejuicios materiales y la dedicación a la búsqueda plena de la espiritualidad.	Mukti / Liberación.

vida. Tampoco eran obligatorias todas las etapas. Uno podía saltarse una o dos etapas y pasar a la siguiente, dependiendo de su inclinación.

Vanaprastha Ashrama no significa desafiarte con muchas dificultades duras en tu vejez. No tiene sentido hacer eso porque cualquiera se romperá bajo condiciones suficientemente duras. Esencialmente, la idea del Vanaprastha Ashrama era retirarse de un lugar que tiene cuatro paredes. No quieres vivir en cuatro paredes, porque crea una cierta ilusión, un sentido de inmortalidad. Tal vez porque ya estás en una caja, ya estás en un ataúd, ¡se siente como si fueras para siempre! Las cuatro paredes de tu hogar crean un falso sentido de inmortalidad. Pero verás, si simplemente duermes al aire libre, te sentirás tan vulnerable. Incluso si no entiendes esto, tu propio cuerpo lo entenderá muy claramente cuando duermes al aire libre. Tal vez la mayoría de ustedes no experimentan nada porque están sentados en su habitación con la música encendida o pegados

a sus teléfonos, pero si estás en la selva, solo una tormenta—con todos los relámpagos, truenos, lluvia y viento—y verás cuán vulnerable es el cuerpo humano. Incluso en una sola noche, si te quedas afuera, de repente, surgirá en ti una cierta sabiduría.

Así que Vanaprastha Ashrama significaba estar en comunión con el *vana*, o bosque. La idea fundamental es que después de vivir en un hogar toda tu vida, ahora, cuando el final se acerca, te acercas más a la Naturaleza y eres consciente de esta vulnerabilidad. La gente construye casas, en primer lugar, no para hacerse inmortal, sino porque un niño humano no está diseñado para crecer completamente al aire libre. A diferencia de otros animales, se necesita algo de tiempo para que el cuerpo y la mente humanos lleguen a un cierto nivel de madurez. Hemos visto que esto ocurre aquí: una madre elefante dio a luz a una cría cerca de la puerta del Centro de Yoga. Simplemente estuvo allí alrededor del bebé durante tres días y, después de eso, ambos se alejaron hacia la selva. Esto es algo natural para ellos. Este no es el caso con un niño humano. Un niño humano necesita unos años de crianza y protección. Así que hicimos algunas cosas, como construir un hogar, para esta protección. Y añadimos más y más protección. Hicimos sobreprotección y super-sobreprotección, eso es otro asunto. Pero, esencialmente, la idea de querer construir un hogar surgió porque los niños no pueden soportar el aire libre.

Así que en ese momento, junto con los niños, los adultos también disfrutaban de la comodidad de las cuatro paredes, lo cual está bien. Pero luego, tenían suficiente sentido para entender, 'Si vivo así, vivo con una mentira, pensando que soy inmortal.'

Así que para hacerlo muy claro, no solo intelectualmente, sino de todas las maneras, lo primero es salir de las cuatro paredes. Por eso los sadhus y sanyasis nunca duermen en áreas construidas. Cuando duermen, solo dormirán bajo un árbol. Si el clima es muy duro, dormirán en una cueva o en algún lugar protegido naturalmente. Pero no irán a edificios a dormir.

Incluso si construyen edificios, solo construyen el techo. Los lados están abiertos.

Incluso si construyen muros, siempre son muros de barro. La idea es que debes estar en contacto con la tierra, debes estar en contacto con los elementos.

Constantemente le recuerda al cuerpo. Puede que la comprensión no esté en tu cabeza, pero el arreglo constantemente le recordará a tu cuerpo que solo eres una aparición temporal y que volverás. Esta es la idea, y hay un gran beneficio en esto.

He visto esto con los montañistas; hay una cierta calidad en ellos que es difícil de conseguir de otra manera. Recientemente, conocí a un grupo de montañistas europeos y americanos que han escalado muchas montañas en Sudamérica y los Alpes. Cuando los conocí, simplemente sentí cómo eran. Hay una cierta quietud y tranquilidad en ellos, que llega después de una enorme cantidad de sadhana. Toma mucho trabajo llegar allí. Pero arriesgar su vida todos los días, no saber si vivirán hoy o no, les ha traído una cierta quietud y tranquilidad. Entiendes que eres mortal; sabes que si cometes un error, estás muerto.

El hecho de que las personas vayan al Vanaprastha Ashrama no significa que vayan allí para morir. Significa que se han vuelto conscientes de que tienen que morir. El Vanaprastha Ashrama es para llevar un profundo sentido de mortalidad a este cuerpo. Una vez que este cuerpo es completamente consciente de que es mortal, se arreglará correctamente. De repente, verás todo—

propiedades, dinero, relaciones y todo eso—desde la distancia. Entiendes que esto es una red que creaste para tu supervivencia. Esto es muy importante, porque sin eso, un ser humano vivirá una vida muy idiota. Si sabe que es mortal, se calibra bien. Vivirá mucho más tiempo. No desperdiciará su energía tontamente.

Hemos visto que esto sucede, no tanto en la India, pero en los EE.UU.

Las personas que se mudaron al Instituto de Ciencias Internas de Isha,

en Tennessee, se volvieron mucho más saludables. En el Centro de Yoga en la India, cuando abrimos el Vanaprastha Ashrama, la mayoría de las personas que se mudaron eran jóvenes, por lo que puede que no sea tan visible. Pero allí, muchas de las personas que se mudaron ya tenían más de sesenta y cinco años, algunas incluso setenta. Puedes ver que en los últimos ocho a diez años, se han vuelto mucho más en forma, más jóvenes y más saludables. Se ven mucho mejor y más fuertes que nunca, simplemente porque viven al aire libre. Por supuesto, practican Yoga, pero también están en buena forma porque constantemente caminan arriba y abajo, trabajan en el bosque y están expuestos a los elementos.

Otra razón por la que el Vanaprastha Ashrama se puso en práctica es porque no es bueno que las personas mueran en casa en medio de su familia y parientes. En este momento, en el mundo, la gente considera una muerte no atendida

como mala. La gente piensa que cuando mueren, toda la familia debería estar a su alrededor. Esa es la peor manera de morir porque estás mirando todas estas caras familiares y todavía te estás conectando con la misma realidad de la que ahora te estás separando.

Cuando estás en casa entre miembros de la familia, suceden dos cosas: tu cuerpo se conecta con todos los demás cuerpos allí. No estoy hablando de conexiones físicas o psicológicas; esas estarán allí—

más allá de eso también, tu cuerpo desarrollará ciertas conexiones. En segundo lugar, una familia o un hogar significa una gran cantidad de organización excesiva de la vida para hoy, mañana y pasado mañana. Cuando vives en casa o con tu familia, te verás atrapado en ello. Esta conexión con los otros cuerpos y la sobreorganización de la vida crearán un sentido de sí mismo intensificado en una persona. Esto hará que sea muy difícil dejar ir las cosas. Además, si mueres entre la familia, morirás con un gran sentido de apego, lo cual no es bueno para lo que sucede después. Debes entender que la familia no significa solo apego.

Si en el último momento de tu vida miras a tu hijo, hija, esposa o esposo, no es solo amor lo que vendrá dentro de ti porque la relación no ha sido solo sobre el amor. Ahora todas esas memorias y emociones también vendrán, lo cual nuevamente no es algo bueno que suceda.

Por eso, en esta cultura, la gente quería morir en un espacio de no apego. Querían morir de una manera que no tuviera nada que ver con su cuerpo, sus apegos, sus luchas y sus cosas. Querían morir en un

espacio que fuera más espiritual por naturaleza. Incluso en los tiempos antiguos, no todos se iban a los bosques como lo hicieron Dhritarashtra y su familia. La mayoría de las personas se mudaban a uno de los ashrams, de los cuales había muchos en varias partes del país. En las condiciones de hoy, para el Vanaprastha Ashrama, no quieres ir al bosque y arriesgarte con incendios forestales o elefantes o tigres. Antes de morir, ellos pueden matarte. O incluso más probable es que el departamento forestal te arreste por invasión. Sí, vana significa bosque. Pero vana también puede significar jardín.

Así que es mejor retirarse a un espacio al aire libre protegido.

Si morir en la Naturaleza no es posible, la siguiente mejor opción es retirarse de todos los que conoces, particularmente parientes y amigos cercanos.

Es mejor no tener nada a tu alrededor que te recuerde la vida que has vivido. Deja de lado tus relaciones y cualquier *runanubandha* que tengas. Incluso los dioses y diosas no son necesarios porque eso también es *runanubandha*, una relación que has creado. Si has desarrollado suficiente conciencia, la mejor manera de irte es que nadie te atienda. Si no has desarrollado la conciencia necesaria, entonces puedes sentirte aterrorizado cuando llegue el momento. Puede que quieras que alguien te tome de la mano. Está bien. Si no es con conciencia, al menos te irás con un poco de amor o consuelo. Está bien, pero deberías mantener esto al mínimo.

Entonces, ¿cuándo es el momento adecuado para mudarse al Vanaprastha Ashrama? En la tradición, decían que después de los cuarenta y ocho años o cuando hayas completado cuatro ciclos solares, es el momento de entrar en el Vanaprastha Ashrama. En el mundo de hoy, esa edad puede no reflejar esa etapa de la vida.

Además, estas etapas de la vida pueden ocurrir de manera diferente en diferentes personas.

Así que la edad cronológica no es el criterio. Después de un punto en la vida, uno debe hacer una evaluación de su situación en cada etapa de la vida. Sucedió una vez: había dos mujeres empresarias en Bangalore. Un día, las dos se encontraron para tomar un café. En el curso de la conversación, una de ellas dijo: ‘Insisto en que todas las personas que trabajan para mí deben tomarse una semana de vacaciones cada seis meses.’ La otra preguntó, ‘¡Vaya!

¿Por qué es eso, no es caro hacer eso?’ Ella dijo, ‘No, no, esa es la

única manera de saber quiénes son las personas de las que puedo prescindir.'

Así que cada cierto tiempo, después de cada etapa de tu vida, es bueno reexaminar tu situación. Es bueno verificar cuán relevante eres para la situación que te rodea, cuáles son tus prioridades en la vida y si es el momento de retirarte. Y como vimos antes, mudarse al Vanaprastha Ashrama no se trata de ir a morir; se trata de vivir tu vida con un cierto tipo de conciencia y preparación, para que la muerte pueda ocurrir de la mejor manera posible. Esto no es una invitación a la muerte sino una aceptación profunda de la condición humana.

La Práctica de Sallekhana

En la forma de vida india, decimos que tienes tres opciones para vivir. Puedes vivir como un *bhogi* o un *rogi* o un *yogi*, pero solo puedes morir como un *yogi* o un *rogi*. Un *bhogi* es alguien que está perdido en el placer material o sensual. Un *rogi* es

alguien cuya vida está contenida por la enfermedad que padece. Un *yogi* es alguien que ha logrado la unión o la armonía con la Existencia. Puedes vivir en cualquiera de los tres estados, pero para morir, solo hay dos opciones: puedes morir como un *rogi* o como un *yogi*. No hay opción de morir como un *bhogi*.

En un tiempo, en esta cultura, un gran número de personas eligió morir como *yogis*. Pero hoy, todos eligen morir como *rogis*. Hay toda una industria que ha surgido para esto, tal vez sienten que tienen que apoyarla. Actualmente, en los EE.UU., un número desproporcionadamente grande de intervenciones de atención médica se realizan en los últimos treinta días de vida humana. ¿Por qué necesitas tanta intervención en esa etapa? Este esfuerzo no es para el bienestar, ya que esto resulta principalmente en torturar a las personas al extremo, sabiendo muy bien que de todas maneras tienen que morir pronto. Así que antes de esos últimos treinta días, digamos, seis meses antes de eso, decides reducir tu vida y marcharte. Esta es la forma más sensata de manejar tu naturaleza mortal.

¿Por qué algunas personas, incluso aquellas que no están en el camino espiritual,

quieren dejar su cuerpo conscientemente? Porque no quieren morir con tubos colgando de su cuerpo. Quieren agotarlo lentamente y marcharse con gracia, en lugar de pasar por todo tipo de tortura. Lo

que sucede en el hospital es peor que el infierno. Eso es un hecho. Si no sabes esto, por favor haz un viaje y pasa unos días en todas las salas generales de los hospitales públicos en la India. Verás que este es un lugar en el que no querrás terminar. Esta es la razón por la cual muchos profesionales de la salud en los EE.UU. firman la directiva avanzada de No Resucitar. Ven la lucha interminable que la gente atraviesa con tubos y agujas clavadas en ellos, solo manteniendo el cuerpo vivo y prolongando el sufrimiento. Pueden hacer esto por sus pacientes, pero no quieren que les pase a ellos cuando llegue su propio momento.

En el pasado, la gente lo manejaba de manera diferente en esta cultura. Digamos que no sabías ningún Yoga, y tenías más de ochenta años y aún estabas bien. Probablemente durarías otros diez a quince años como máximo. Pero sabiendo que el cuerpo se está volviendo débil, digamos que tomaste una decisión, 'Este es el momento para agotarlo conscientemente.' De todas maneras, lo ibas a agotar; simplemente decidiste agotarlo conscientemente.

Así que de dos comidas al día, lo redujiste a una comida por unos años. Luego, de una comida, lo reduces a media comida, y así sucesivamente. Esto puede mejorar enormemente la vida útil de uno, o reducirla, dependiendo de las situaciones kármicas y energéticas de uno. Pero definitivamente asegurará la libertad del sufrimiento prolongado. En el pasado, cuando las personas iban al Vanaprastha Ashrama, generalmente pasaban de fruta a hoja fresca, de hoja fresca a hoja seca, y de hoja seca solo a agua, y luego dejaban también el agua.

Después de eso, en tres a cinco días, se iban porque no querían morir como un *rogi*.

¿Es esto suicidio? Definitivamente no. El suicidio ocurre por frustración, por ira, por miedo o por la incapacidad de soportar el sufrimiento. Esto no es ni suicidio ni eutanasia. Se trata de ser tan consciente que sabes cuándo la vida ha completado su ciclo y sales de ella. Se trata de desarrollar suficiente conciencia para separarte de la fisicalidad que has acumulado. En ese nivel de conciencia, uno puede irse. Si no alcanzas tal nivel de conciencia, entonces lo mínimo que deberías hacer es hacer el último momento muy elegante, agradable, alegre y dichoso para ti. Esto se puede hacer si manejas ciertas cosas de antemano. Si nada de esto es posible, entonces al menos uno puede tomar la decisión de no optar por una intervención médica excesiva. Esto será bueno para ti y bueno para el planeta.

Las sociedades modernas se están obsesionando cada vez más con extender la vida humana a cualquier costo. Debes entender que no todos están preparados para vivir 100-105 años. Si quieres hacer eso, debes calibrar tu vida de muchas maneras. Desafortunadamente, para la mayoría de estos buscadores de inmortalidad millonarios, todo lo que han conocido en su vida son los placeres del cuerpo, las alegrías y dolores del drama psicológico y la intoxicación del poder en el mundo en el que viven. Todo esto es físico, no han mirado más allá de esa dimensión en absoluto. Hoy en día, con intervenciones médicas avanzadas—hormonas o suplementos o células madre o lo que sea—solo están logrando de alguna manera mantener el cuerpo vivo.

Cuando la gente se queda sin su software, pero su hardware sigue funcionando, se convierten en cascarones vacíos. Hay demasiados cascarones vacíos como esos en las sociedades occidentales ahora. Algunas personas que trabajan con tales personas me estaban contando que hay hombres y mujeres de ochenta y cinco a noventa

años que han perdido toda su memoria, pero recuerdan una cosa de su adolescencia, que deben atraer al sexo opuesto. Han olvidado todo lo demás, pero esta cosa ha permanecido debido a la naturaleza química de ese aspecto de la vida que se graba en el sistema de uno. Apenas pueden caminar, están en sillas de ruedas y todo eso. Pero quienquiera que venga—visitante, trabajador, cualquiera—si es del sexo opuesto, quieren agarrarlos. Todos los días, en un intento de parecer atractivos, se ponen todo tipo de pintalabios y se embadurnan con todo tipo de maquillaje o se cortan intentando un afeitado limpio.

A quienquiera que vean, intentan agarrarlos. ¿Ves lo patético que es?

Pero este tipo de cosa se celebra en las sociedades de hoy. Si tienes noventa años y todavía estás en un romance con alguien, se considera algo grandioso. No se considera algo estúpido e idiota, porque a eso se han acostumbrado.

Este tipo de situación no habría surgido si, como todas las demás criaturas, los seres humanos supieran cuándo y cómo morir con elegancia. Entonces, para las personas que no tienen la capacidad de dejar el cuerpo a voluntad, ¿qué pueden hacer para salir de él con elegancia? ¿Cómo y cuándo haces esa llamada? No es lo mismo para todos. Una persona puede ser muy fuerte a los ochenta y cinco años, otra puede tener que irse a los setenta—depende de muchos factores.

La edad cronológica no es el criterio. Para saber esto con alguna certeza, se necesita una cierta cantidad de sadhana o comprensión de

la vida. Entonces sabrás cuándo está llegando la debilidad, sabrás cuándo tu cuerpo se está volviendo inestable, y sentirás que has completado tu karma.

De lo contrario, te sentirás perdido en este mundo, lo cual, desafortunadamente, es el estado de la mayoría de las personas modernas.

En tiempos antiguos, había mucho apoyo comunitario para que las personas tomaran conscientemente este paso de desgastar el cuerpo y dejarlo con gracia cuando llegara el momento. En la comunidad Jain, por ejemplo, tenían una práctica llamada Sallekhana, o Santara. Los hindúes tienen algo similar llamado *prayopavesa*. En esta tradición, cuando alguien sentía que había llegado la etapa de partir, si era tan consciente, podía decidir por sí mismo—era perfectamente aceptable. Si alguien no era consciente, entonces consultaban a todas las personas alrededor, incluyendo la familia, los ancianos de la comunidad y su líder espiritual. La gente entonces

discutía y debatía esto. Digamos que alguien da una solicitud diciendo, 'Creo que es hora de que haga Sallekhana o prayopavesa.' Entonces debatían, discutían y decían, 'No, este no es el momento para ti.

¿Por qué quieres hacer esto?' Enumerarían todas las cosas que aún no han ocurrido en la vida de la persona y todas las responsabilidades que él o ella tenía que cumplir. Pero la persona dice, 'No, no. Creo que he hecho suficiente de eso. Mi cuerpo no me permite quedarme; necesito irme.' Entonces dirían, 'Tenemos que consultar a tal y tal,' quien es considerado el líder espiritual de la comunidad.

Lo consultarían juntos y decidirían, 'Está bien, creo que es hora de que esta persona se vaya. Tal vez no ahora, pero el próximo año.' Así que él o ella decidiría irse el año siguiente, basándose en el consejo de la sociedad. Luego serían iniciados formalmente en un proceso por el líder espiritual. El proceso en sí podría ser prolongado y en muchas etapas. En cada etapa, el líder espiritual revisaría el progreso y se aseguraría de que esto fuera realmente lo correcto para esta persona. Incluso si había la menor duda al respecto, se cancelaría, y la persona sería retirada de él.

Digamos que esto se trata de mí. Tal vez, yo diré, 'Está bien, en otros seis meses, quiero irme.' Así que podría consultar a la gente en el Centro de Yoga, 'Creo que he hecho lo suficiente, están cuidando del Centro de Yoga maravillosamente. No creo que Devi10 me necesite, o

que el Dhyanalinga me necesite o que alguien me necesite. Creo que es hora de que me vaya en un año.'

Ellos dicen, 'No, no, Sadhguru, debes estar aquí.' Yo digo, 'Está bien, ¿cuánto tiempo?' Ellos dicen, 'Sadhguru, otros veinte años.' Yo digo, 'No, no, máximo tres años...' Si todos son lo suficientemente maduros o conscientes, podemos hablar de esto y llegar a algo. De lo contrario, solo mencionas la palabra *muerte*, todo el infierno se desatará.

Cuando toda la sociedad es consciente de que la muerte es una parte inevitable de nuestra vida, podemos sentarnos, negociar, guiarnos mutuamente, llegar a algo y decidir que esta es la mejor manera de hacerlo.

Esto es como fijar un matrimonio arreglado en India. Digamos que tu hija ha alcanzado la mayoría de edad, entonces, ¿cuándo casarla? La familia se sienta y discute y debate sobre ello. Preguntan a la chica su opinión.

Escuchan lo que ella tiene que decir, miran la situación en general y ven

qué es lo mejor y finalmente fijan una fecha, ¿verdad? Del mismo modo, la muerte es también otra parte de tu vida; deberías manejarla así.

En el pasado, esto se practicaba muy ampliamente, aunque de muchas formas diferentes. Incluso los reyes elegían tomar el Vanaprastha Ashrama y Sallekhana o prayopavesa hacia el final de sus vidas. Una de las personas más famosas que tomó Sallekhana fue Chandragupta Maurya. Chandragupta Maurya fue el fundador del Imperio Maurya y el primer emperador en unificar India en una sola nación. Ningún otro emperador desde entonces ha logrado crear un imperio más grande en el subcontinente. Gobernó desde 322-298 a.C.

Ashoka[11] fue su nieto. Cuando tenía cuarenta y dos años, Chandragupta abdicó su trono a favor de su hijo Bindusara. Luego se convirtió en asceta bajo el santo Jain Bhadrabahu y emigró al sur de la India junto con los monjes Jain. A la edad de cincuenta y cinco años, terminó su vida a través de Sallekhana en Shravanabelagola en Karnataka.

Incluso hoy en día, la pequeña enramada de piedra donde vivió después de tomar Sallekhana puede verse en Shravanabelagola.

En tiempos modernos, muchas figuras públicas eminentes como

Acharya Vinoba Bhave eligieron esta forma de muerte. Así que, al igual que haces esfuerzos para vivir, también debes hacer esfuerzos para prepararte para morir. Deberías decidir, 'En caso de que muera, quiero morir así.' Ahora mismo, digamos que voy a morir mañana. No estoy planeando morir mañana, pero si llega, ¿estoy listo? ¡100 por ciento! Porque, toda mi vida, me preparé para ello. ¿Significa eso que estoy buscando morir mañana? No. Haré todo para asegurarme de vivir bien. Siempre digo que, en la vida, uno debe tener pasión por lo más alto, compasión por todos y desapego hacia uno mismo. Del mismo modo, diría que si quieres morir bien, debes cultivar una cierta cantidad de desapego hacia tu propia muerte. De lo contrario, uno irá luchando

—pateando y gritando—lo cual no será bueno para lo que viene después.

La Importancia de Morir en Kashi

No hay otra ciudad en el mundo tan profundamente asociada con la muerte como Kashi.

También es una de las ciudades habitadas continuamente más antiguas del mundo.

Hay evidencia de que tiene al menos 12,000 años. Pero seguramente es

mucho más antigua que eso. No solo Kashi ha estado habitada continuamente durante miles de años, también fue el imán espiritual más poderoso que atrajo a personas de todas partes. No sería una exageración decir que habría sido imposible encontrar a alguien en el subcontinente que no quisiera ir a Kashi por cualquier razón.

Poder morir en Kashi es solo uno de los aspectos que atraían a las personas a ella.

Pero Kashi no se trata solo de la muerte. En Kashi, tanto la vida como la muerte se celebran con igual reverencia y entusiasmo. La gente también acudía al lugar por su esplendor y grandeza. Durante miles de años, personas de toda la India se han asentado en Kashi y viven en barrios, cada uno de los cuales conserva algo de su identidad original y sabor lingüístico. Kashi, en muchos sentidos, es un microcosmos de la civilización india y un centro civilizacional de India.

La palabra Kashi significa luz. La ciudad es una torre de luz, en el sentido espiritual. La idea y el propósito de crear una torre de luz

como esta era ayudarte a acceder a esa dimensión dentro de ti que no podrías acceder por ti mismo. Una posibilidad cósmica se manifiesta como una realidad aquí; eso es lo que significa Kashi. Kashi no es el único lugar que se creó así, se han creado muchos más de esa manera. Pero Kashi es significativo por su enormidad, la estética y la belleza de ella. En esos tiempos, dicen que no había otra ciudad en el planeta que fuera tan hermosa. Tenía edificios de tres pisos, lo cual era inaudito en ese momento. La gente estaba asombrada por ellos. Era demasiado increíble en su experiencia que las casas se construyeran en la ribera del río con tres pisos. Eso fue una hazaña de ingeniería en sí misma.

Kashi también fue el asiento más alto de aprendizaje espiritual. Se dice que cientos de sabios, videntes, gurús, seres Iluminados y eruditos vivieron allí, impartiendo su conocimiento a miles de estudiantes que venían de todo el país y de otras partes del mundo también. Cada tradición espiritual, cada secta y subsecta de la espiritualidad india estaba representada allí. Hay cerca de 3000 templos dentro de la ciudad misma.

Kashi también fue el centro original de arte, cultura y música. Estéticamente, espiritualmente, en conocimiento y en todos los sentidos, fue el lugar más hermoso de aquellos tiempos. Con todas estas cosas juntas, creó una poderosa atracción y la atmósfera necesaria para captar la atención de las personas. Muchos

santos, filósofos, poetas, escritores y músicos prominentes de todos los tiempos han vivido en Kashi en algún momento de sus vidas. Incluso Shiva fue y vivió en Kashi. Cuando Agastya Muni tuvo que dejar Kashi, incluso él cantó elogios sobre la belleza y grandeza de Kashi. No quería dejar esta ciudad. Pero su trabajo lo llevó al sur.

Tradicionalmente, las personas no solo iban a Kashi cuando estaban en su lecho de muerte. Eso habría sido tonto. La gente iba y pasaba los últimos quince a veinte años de su vida allí porque querían vivir en el lugar más hermoso. Vivir allí y dejar su cuerpo allí se volvió una parte importante. Así que la idea original de crear la ciudad era vivir allí. Poco a poco, porque sus negocios estaban en otros lugares, la gente no vivía allí. Aun así, buscaban vivir allí al menos durante la última parte de su vida. Así es como obtuvo la reputación de ser la ciudad para morir.

La ciudad de Kashi está delimitada por un gran perímetro conocido como la ruta de *Pancha Kroshi*, creando un vasto círculo esquemático. Tiene aproximadamente 84 kilómetros de largo. Tradicionalmente, la

gente creía en *Kashyam Maranam Muktih*, lo que significa que se cree que cualquiera que muera dentro de este perímetro alcanza la mukti. No importaba qué tipo de criatura despreciable hubieras sido toda tu vida, si morías en Kashi, alcanzarías la mukti, decían. Para asegurar esto, Shiva toma la forma de Kalabhairava en Kashi. Kalabhairava significa el oscuro, el que representa el tiempo y el espacio ilimitados. *Kala* significa tanto tiempo como espacio. Es una forma mortal de Shiva. Como Kalabhairava, se supone que está en modo destructivo. No está destruyendo esto o aquello, sino destruyendo el tiempo.

Todas las realidades físicas existen dentro del ámbito del tiempo. Si tu tiempo se destruye, todo ha terminado para ti. Kalabhairava hace precisamente eso.

En Kashi, Shiva, en la forma de Kalabhairava, se supone que otorga personalmente la Liberación impartiendo el mantra *Taraka* a todos los que mueren allí.

Dicen que Yama, el dios de la muerte, no tiene jurisdicción dentro del perímetro de Kashi. Ni él ni sus agentes, los *yamadoota*, pueden entrar en la ciudad. Una vez que una persona pierde su cuerpo físico, Kalabhairava le da un *yatana sharira*, un cuerpo de energía sutil especial, para que trabaje su karma. Dicen que el sufrimiento en este *yatana sharira* es cuarenta y dos veces más intenso que el sufrimiento normal. Porque es tan intenso, termina casi instantáneamente. Todo esto es una manera muy hermosa de decir

que los procesos normales que tienen lugar después de la muerte no son aplicables y algo más que es súper intenso sucede.

Tradicionalmente, esto se llama *Bhairavi Yatana*. *Yatana* significa sufrimiento supremo. Es algo que puede sucederte más allá del cuerpo, pero Kalabhairava lo hará suceder aquí. Así que en el momento de la muerte, tus muchas, muchas vidas se desarrollan en unos pocos momentos con gran intensidad. Cualesquiera placeres, sufrimientos y dolores que necesiten sucederte, repartidos en muchas vidas, ahora te sucederán en un microsegundo. Esto sucede con la clase de intensidad que no puedes soportar. Si el sufrimiento debe terminar rápidamente, debemos hacerlo súper intenso, solo entonces terminará rápidamente. Esto se trata de poner tu almacén kármico en avance rápido. Si es leve, continuará para siempre. Así que Kalabhairava crea un dolor tan fenomenal, que no has imaginado posible, para que después de eso nada del pasado quede en ti. Lo hace lo más breve posible.

He estado diciendo esto de muchas maneras: esencialmente, la

espiritualidad significa poner tu vida en avance rápido. Puede que sufras mucho más porque todo sucede a un ritmo rápido. Lo que habrías extendido durante diez años, sucede, digamos, en un mes. Así que la intensidad del sufrimiento que atraviesas es extremadamente aguda. Puede haber momentos de éxtasis y alegría, pero hay mucho sufrimiento sucediendo rápidamente dentro de ti.

Esto no solo sucede en Kashi sino en cualquier espacio consagrado. De alguna manera, una vez que iniciamos a alguien, lo hemos puesto en Bhairavi Yatana. Podemos aumentarlo más si lo desean. ¡Solo deben estar listos para ello! Un espacio consagrado significa justo esto: es vida concentrada. Decir que el sufrimiento es cuarenta y dos veces más intenso significa que la vida allí es cuarenta y dos veces más intensa de lo que conoces. Eso significa que quemas combustible cuarenta y dos veces más rápido. Eso significa que todo es más rápido. Después de un tiempo, una vez que te acostumbras, no hay más yatana, solo arde.

Estás a un régimen más alto. Ese es el propósito de cada espacio consagrado.

Todo este anhelo de morir en Kashi es para vaciar completamente tu cubo kármico al menos hacia el final de tu vida y no hacer de Kashi otro ítem en tu lista de deseos. Vaciar el karma de uno lleva a todas las experiencias que ocurren a un ritmo tremendo.

Los espacios consagrados como Kashi son buenos para hacer esto. Kashi definitivamente no es lo que era, pero sigue siendo significativa hoy. Sustancialmente significativa. Sin embargo, Kashi no es el único lugar que se hizo así.

Hay muchos otros lugares, pero tal vez no de la misma magnitud. El Dhyanalinga es uno de esos lugares, aunque no podemos acomodar la misma cantidad de personas que Kashi. En lugares como estos, la vida sucederá mejor y la muerte también sucederá mejor. ¿Siempre conducirá al Moksha? No necesariamente, tal vez te acerque un poco más. Ciertamente es mejor que lo que habrías hecho por ti mismo.

Otra razón por la que la gente quería vivir la última parte de su vida en Kashi es porque siempre había muchas personas Iluminadas y espiritualmente evolucionadas allí en cualquier momento. En cada calle, había un ser Iluminado para conocer. Y en aquellos días, no tenían baños interiores.

Así que toda la ciudad venía al ghat para darse un baño por las

mañanas y las tardes. Dada la gran cantidad de personas espiritualmente consumadas que visitaban las orillas del río, invariablemente, tal persona notaría a alguien cuya muerte estaba cerca y haría lo que fuera espiritualmente necesario para ellos. Además, estas personas también conocerían a una persona específica o preguntarían por alguien que pudiera hacer lo que sea necesario para la persona moribunda. Debido a esta posibilidad, incluso si vivían una vida de ignorancia, incluso si no tenían sadhana en sus vidas, las personas que morían en Kashi tenían asegurada una muerte de muy buena calidad.

Kashi también es conocida como *Mahasmashana*, o 'el gran crematorio'. Por lo general, los crematorios están situados lejos del pueblo o la ciudad. Están a cierta distancia de la habitabilidad humana porque, a menos que estés en el camino espiritual y sea parte de tu sadhana, no es propicio tanto para los vivos como para los muertos estar en estrecha proximidad entre sí. En Kashi, la ciudad misma está construida alrededor de este gran crematorio.

Incluso hoy, a cualquier hora, los ghats están llenos de cuerpos ardiendo porque atienden no solo a las personas de la ciudad sino también a aquellos de lugares distantes. Siempre que hay una muerte en un radio de un par de cientos de kilómetros, el cuerpo es llevado a Kashi para ser cremado. La idea es que la persona pudo no haber podido vivir en Kashi, o incluso morir en Kashi, por alguna razón, pero al menos quieren que el cuerpo sea cremado

en Kashi y los restos sean sumergidos en el Ganges. Dicen que el fuego de la cremación ha sido transmitido desde el principio de los tiempos y nunca se ha extinguido desde entonces. Hay una familia que ha estado viviendo en los ghats durante muchas generaciones, cuya responsabilidad es mantener el fuego encendido y proporcionarlo a cada cremación que ocurre allí.

Así que, con el tiempo, desde querer vivir en Kashi hasta querer morir en Kashi, querían al menos ser cremados en Kashi. Pero hoy la gente solo quiere visitar Kashi al menos una vez en su vida, y eso como turistas, no como peregrinos. Por supuesto, la ciudad de Kashi misma ha sufrido un cambio radical. Ya no está en su forma antigua y gloriosa. La modernidad ha tenido un serio impacto en su estructura y forma. Aun así, toda la atmósfera tiene algún impacto en las personas. Más que una influencia kármica, puede traer alguna realización psicológica, una realización intelectual al ver la vida llevándose a cabo de una manera completamente despreocupada. Lo que normalmente se hace tras bambalinas, en reclusión, se lleva a cabo

abiertamente allí. No tienes que ir a un hospicio para morir. Puedes simplemente sentarte en la ribera del río y morir. También puedes ser cremado en la ribera del río. La gente lo ve como normal, muy normal. Así que incluso solo visitar un lugar así tiene cierto impacto. Aunque terriblemente mutilada, Kashi sigue siendo una posibilidad poderosa incluso hoy. Ha llegado definitivamente el momento de construir nuevas torres de luz.

C H A P T E R 7

Asistencia para los Moribundos

Un ser sin cuerpo es una vida completamente indefensa. Por eso, ese aspecto de la vida debe

ser conducido con la máxima responsabilidad. Cuando alguien le da a este ser un poco de

ayuda en el último momento, esto será de gran ayuda. La mayoría de su sadhana para la próxima

vez se resolverá en ese mismo momento.

La Importancia de los Últimos Momentos de Vida

¿Por qué es tan importante el momento de transición de un estado encarnado a un estado desencarnado? Permíteme darte una analogía. En este momento, cuando estás en el cuerpo, eres como un río, yendo en una dirección. Cuando te desencarnas, es como si te evaporaras y te convirtieras en una nube.

De cualquier manera que sople el viento, irás en esa dirección. Ya no tienes dirección. Al menos el río va claramente hacia el océano, pero no sabemos a dónde diablos va la nube. De cualquier manera que sople el viento, irá en esa dirección. Dejar el cuerpo y perder la mente discrecional es así. Si tuvieras una mente discrecional, podrías ir de esta manera o de aquella. Pero una vez que mueres, eres solo pelusa, flotando según tus tendencias kármicas. Sabes, ¿no te dijeron siempre que los ángeles flotan en las nubes? Bueno, ¡usaron la analogía correcta!

La importancia de ser humano es que tienes la capacidad de discriminar y elegir el curso de tu vida. Si no empleas eso, entonces no eres mucho ser humano. Por ejemplo, digamos que tengo hambre. Pero si la comida viene frente a mí, aún puedo discriminar y decir, 'No, no quiero comerla.' Debido a la capacidad de discriminación

dentro de mí, no importa cuánta compulsión surja en mi cuerpo, si no quiero, no comeré. Eso es todo. Puedo discriminar. Sin esto, te conviertes en aire; te moverás solo por tendencias.

Cuando pierdes el cuerpo, tu capacidad de discriminar se va. Toda la memoria y otras cosas de la mente todavía están allí; solo se pierde el proceso de discriminación. En ese momento, si creas incluso un poco de desagrado, entonces el desagrado se multiplicará por un millón. Si creas un poco de agrado, el agrado se multiplicará por un millón. ¿Por qué es así? Digamos que hoy te enojas un poco; puedes usar tu mente discrecional y controlarlo. Pero si no tuvieras esta mente discrecional, el pequeño enojo se convertiría en locura.

El momento de la muerte es un factor significativo porque cualquiera que sea el contenido de la mente en ese momento—agrado o desagrado—

podría multiplicarse muchas veces debido a la falta de mente discrecional.

Por eso, no importa de qué parte del mundo vengas, de qué cultura vengas, todas las culturas sostienen que cuando una persona está muriendo debes permitirle morir en paz.

Durante esta fase de desencarnación, si tu agrado se multiplica, decimos que estás en el cielo. Si tu desagrado se multiplica, decimos que estás en el infierno. El infierno y el cielo no existen como lugares geográficos sino como experiencias humanas. No tienes que estar desencarnado para estar en el infierno o en el cielo; incluso cuando estás vivo, pueden existir para ti. La ventaja de estar aquí con el cuerpo es que a veces cuando entras en el infierno en tu experiencia, puedes emplear tu discriminación y salir de ese pozo. De manera similar, a veces entras en el cielo en tu experiencia, pero debido a tu discriminación, por muy agradable que sea la experiencia, puedes dejarla y pasar a la siguiente cosa. Incluso cuando estás en el cuerpo, alguien que pierde su discriminación se deprimirá por largos períodos de tiempo si entra en depresión, mientras que las experiencias agradables se convertirán en adicciones.

En la cultura india, se daba gran importancia a cómo se debe tratar a una persona que está muriendo. Decían que una persona debe morir en el lugar correcto, en la atmósfera correcta, con el tipo correcto de emoción y con el tipo correcto de pensamiento. Cuando alguien está muriendo, decían que nunca se debe decir, '¡Aiyyo, Amma!'[1] Se supone que debes decir 'Rama' o 'Krishna' o 'Shiva'[2] o algo así. La idea

es generar algún pensamiento para pensar más allá de uno mismo. Es un proceso fenomenalmente científico. No es un proceso emocional, porque esta última dimensión de

pensamiento y emoción que creas se convierte en la tendencia principal en ese ser. Decían, 'Incluso si es tu enemigo quien está muriendo en este momento, debes crear un ambiente apropiado y ver cómo puede morir en paz. No hagas cosas feas.' Tal vez le disparaste en la batalla, pero te quitas el sombrero cuando se va, o dices, 'Ram, Ram,' o lo que sea que sepas. Esto es porque estas tendencias continuarán por vidas. Cualquiera que sea la vida que hayan vivido, en ese momento final, si generan lo correcto, podrían irse en un buen viaje, en lugar de irse en un mal viaje. Así que esta es una tremenda oportunidad para mejorar la vida de alguien.

Cuando alguien está muriendo, en ese momento, el silbato ya ha sonado y el juego ha terminado. No tiene sentido patear ahora. Además, tu enemistad es solo mientras llevaban este cuerpo. Una vez que dejan el cuerpo, el drama ha terminado. Ya no son tu enemigo, ni tampoco son tu amigo. Él o ella es solo un trozo de vida, y una vida debe ser tratada como una vida. Cuando la obra está en marcha, cada uno de nosotros observa, se relaciona y reacciona de muchas maneras diferentes. Cuando cae el telón, todos se levantan. Solo uno en el sueño permanece como estaba. Todos los demás, incluso aquellos que no disfrutaron la obra, se levantan y reconocen que ha terminado. Sería fantástico si cada acto de la obra fuera apreciado o al menos visto con respeto. Si no lo lograste en eso, al menos la última escena—eso es lo que es la muerte—debería ser apreciada.

Esa es la razón por la cual, cuando ves en algún lugar que ni siquiera los muertos son tratados con respeto, algo dentro de ti se sacude. No es el cuerpo el que necesita ser tratado con respeto, sino el ser que está saliendo lentamente quien lo necesita. No importa cómo vivieron; al menos la partida debe ocurrir bien. Cada ser humano debe tener esa intención. Esto es lo mínimo que puedes hacer por esa persona o la vida que somos. En todo el mundo, la gente es razonablemente consciente de esto, pero en la India ha sido un proceso muy consciente.

En la guerra de Kurukshetra,[3] el príncipe Pandava Arjuna era el guerrero más hábil, pero era su hermano Bheema quien era considerado más valiente y combativo. Pero esa gloria se manchó porque profanó el cuerpo de un oponente. En una de las batallas, se enfrentó a Dushasana, quien fue instrumental en desvestir a Draupadi. Así que Bheema

había hecho un voto en ese momento para vengar la humillación de Draupadi. El día de la batalla fatídica, Bheema no solo mató a Dushasana de una manera brutal, sino que también le abrió el pecho y bebió su sangre para cumplir el voto. Los guerreros de ambos lados quedaron horrorizados por este acto de Bheema.

Aunque solo estaba vengando una injusticia anterior, la reputación de Bheema se manchó para siempre por su 'conducta deshonrosa' porque violó el código de guerra al no tratar el cuerpo muerto del enemigo con respeto.

Otra razón por la que la forma en que conducimos este momento es muy importante es porque un ser sin cuerpo es una vida completamente indefensa.

Por eso, ese aspecto de la vida debe ser conducido con la máxima responsabilidad. Cuando alguien le da a este pequeño ser un poco de ayuda en este último momento, esto será de gran ayuda. La mayoría de su sadhana para la próxima vez se resolverá en ese mismo momento. Si miras a tu alrededor, verás cuánta lucha atraviesan las personas solo para ser amorosas, o para dejar el odio y la ira. A veces, cuando veo a las personas luchando con estas cosas, me sorprende por qué luchan así. Incluso para dejar sus viejos sentimientos y hábitos, luchan. Pero cuando ayudas a una persona a morir bien, todas estas cosas se limpian, así de fácil. Naces con la cualidad correcta. Esta es la manera más simple de asegurar que un ser renazca agradable.

Esto no es todo. Se pueden hacer más cosas también. Incluso después de que uno deja el cuerpo, podemos guiar a ese ser. Si esa persona tiene suficiente confianza en ti, durante los últimos momentos, también puedes hacer que gane lo que no ganó en toda su vida. Todo esto se puede lograr si puedes crear la situación correcta para ellos y ayudarlos a morir bien. Esta es una gran contribución a la vida de ese ser. Además, si una persona realmente muere bien, entonces no hay próxima vez para ellos. Esa vida se mueve hacia la naturaleza de la libertad ilimitada. Pero todo esto no se puede hacer con las emociones o buenas intenciones de uno. Solo porque deseas que alguien vaya al cielo, no irán al cielo. Si quieres hacer tales cosas, entonces necesitas tener un nivel diferente de comprensión, conciencia y dominio sobre la vida. De lo contrario, esas cosas están fuera de cuestión.

Ayudando a las Personas que Sufren a Morir

Cuando alguien está sufriendo profundamente, ¿no deberíamos ayudar a esa persona a morir?

Mira, cuando naciste, tu madre sufrió inmensamente. Así que si creemos que está bien aliviar el sufrimiento de alguien matándolo, deberíamos haberla matado a ella o haberte matado a ti en ese momento. ¿Crees que las personas en su lecho de muerte están sufriendo tanto o más que las personas en la sala de parto? No necesariamente. Esta pregunta está surgiendo hoy en día porque estamos viendo más y más personas que sobreviven como vegetales durante mucho tiempo. Este sufrimiento prolongado no existiría si no interfiriéramos innecesariamente con el proceso de la vida y continuáramos empujando la muerte médicamente. Sin esto, nadie se quedará más allá de su tiempo natural.

¿Significa esto que cuando contraes una enfermedad, debemos retirar todo el apoyo médico? No, muchas personas han resurgido de todo tipo de situaciones desesperadas. Muchas veces, la gente pensó que alguien moriría, pero simplemente resurgió y siguió viviendo. ¿Entonces no deberíamos darles a estas personas también una oportunidad? ¿Quién decide quién debe ser ayudado a morir y cuándo?

Si hay un pronóstico médico del 100% de que no hay manera de recuperarse, pueden retirar la medicación. Pero, ¿dónde está la necesidad de empujar a alguien a la muerte inyectando un veneno o algo más? Si retiras la medicación, si el cuerpo no está en condiciones para la vida, la vida seguirá adelante. No te corresponde a ti decidir si el cuerpo es apto o no, a menos que seas consciente al punto de que puedas dejarlo e irte.

Si tienes miedo a la vejez y al sufrimiento, ¿por qué no empiezas a hacer algo de sadhana ahora para prepararte para que puedas irte cuando quieras? ¿Por qué quieres esperar ese momento y pedirle a tu hijo o hija que te dé veneno? Por favor, ve, pedirles que te envenenen no es justo para ellos. Incluso si, por compasión o amor, te dan veneno, ¿pueden olvidarlo alguna vez? Te irás de todos modos, pero ¿por qué estás cargando a aquellos que tienen que vivir por mucho tiempo con todas estas cosas?

Puedes vivir de tal manera que no necesites la misericordia de nadie. Puedes vivir tu vida con un plan. Vives mientras sea efectivo y te vas con gracia cuando tengas que irte, no a través de la eutanasia. ¿Por qué no persigues estas opciones?

En este momento, puede parecer que esta eutanasia está bien. En la sociedad de hoy, la gente puede pensar que es una idea revolucionaria. Siempre hay personas que quieren ser progresistas,

que están abogando por la eutanasia. Si eres

realmente progresista, ¿por qué no empoderas a los individuos con el poder de dejar su cuerpo a voluntad? Esto es lo que estoy haciendo: ayudando a las personas a desarrollarse en una capacidad tal que puedan terminar su vida por voluntad cuando llegue el momento, pero no por veneno o con una almohada.

Hoy en día, hay otra clase de situación: debido a la intervención médica moderna, hay cada vez más casos de personas que permanecen en estados vegetativos durante mucho tiempo. Y algunos de ellos resurgen a la vida incluso después de muchos años en ese estado. Así que las personas a su alrededor pasan por una lucha enorme tratando de decidir si desconectar o no a sus seres queridos. Esto sucedió en Marruecos: Shankaran Pillai vivía en Europa. Había envejecido un poco y estaba viendo algún programa en la televisión sobre hogares de ancianos y hospicios.

Viendo el programa, le dijo a su esposa marroquí, 'Querida, si alguna vez sucede que me convierto en un vegetal, quiero que desconectes el enchufe. No quiero pasar por todo esto. Debes desconectar el enchufe.' Ella lo miró, se levantó y desconectó el enchufe de la televisión. Así que esta decisión de desconectar el enchufe puede ser muy complicada.

Ahora, sobre las personas que resurgen a la vida desde estados vegetativos o casi de muerte, no pienses que murieron y fueron resucitados. Eso no es cierto. Puede haber sucedido que la fuerza vital estaba tan sorprendida que se proyectó más hacia afuera que hacia adentro. Incluso en el estado consciente, estás parcialmente proyectado hacia afuera, mayormente proyectado hacia adentro.

La proyección hacia adentro de las energías vitales te da unidad orgánica y estabilidad de vida. La proyección hacia afuera te da una fuerte presencia y expresión de vida. Este vaivén está sucediendo naturalmente con toda la vida, incluidos los seres humanos. Pero los seres humanos con un cierto dominio pueden hacer de esto una elección consciente de este cambio dimensional. Por lo tanto, en ese momento, puede haber sido que estabas mayormente proyectado hacia afuera, parcialmente proyectado hacia adentro. Así que la vida estaba tomando una decisión, 'Ser o no ser.'

Esta no es una pregunta filosófica sino una pregunta práctica sobre si el cuerpo es apto para ser o no ser. Así que después de hacer este vaivén de 'Ser o no ser' durante un tiempo, si eligió *ser*, no es por los

trabajadores médicos o un milagro. Tal vez los trabajadores médicos hicieron el cuerpo un poco más hospitalario de lo que habría sido, pero siempre es

la vida la que toma la decisión de quedarse porque el cuerpo sigue siendo hospitalario.

Si uno tiene una percepción mejorada, es posible hacer una evaluación de las probabilidades de vida de un paciente, basada en la vitalidad del Pranamaya Kosha, o cuerpo de energía. Es posible decir si las energías vitales de una persona son lo suficientemente intensas para que ocurra la recuperación. Por otro lado, incluso si el cuerpo no está obviamente enfermo pero las energías pránicas del paciente están en un punto bajo, la recuperación es imposible, sin importar la intervención.

Es una cuestión de software. Si el software se ha agotado, no importa lo que hagas, no se renovará. Pero no todos tienen la percepción para tomar tal decisión. Por lo tanto, es mejor dejar que la vida siga su curso, en lugar de permitir que las personas emitan un certificado de defunción para los vivos.

Ahora, hay dos tipos de estados vegetativos. En una condición, el cuerpo se volvió tan inerte que no puedes hacerlo funcionar, pero la mente está activa, la emoción está activa y todas las percepciones están intactas. Esto es tortura para la persona porque el cuerpo se niega a moverse. Esto puede llevar a mucho sufrimiento porque pueden ver, pueden oír, pueden oler, pueden entender, pero carecen de la capacidad para hacer algo. Quieren levantarse y caminar, pero el cuerpo se ha vuelto inerte. Ahora, es una decisión muy difícil de tomar. Además, muchas veces, la persona entiende todas las cosas que se hablan a su alrededor, si desconectar o no y todo eso, es una situación muy mala. No debería sucederle a nadie, pero cuando sucede, ¿cómo lidiar con ello? Esta es una decisión difícil de tomar, no hay una manera particular de hacerlo porque depende de las sensibilidades individuales.

El otro tipo es cuando el cuerpo parece estar razonablemente vibrante y activo, digiere la comida, y todo está sucediendo, pero la mente se ha vuelto inerte. Así que el cuerpo no puede actuar. El cuerpo sigue vivo porque lo mantienes en funcionamiento con todos los procesos médicos. Esto es como una cáscara vacía que se mantiene viva, incapaz de responder. Si este es el caso, puedes esperar cinco ciclos de veintiún días y luego tomar una decisión. Después de eso, si las cosas siguen igual, puedes desconectar el enchufe. Puedes estar 100%

seguro de que la vida no puede ser revivida. Bueno, esto puede sonar muy drástico para ti, pero hoy en día muchos médicos honestos están pidiendo a los familiares que lleven al paciente a casa cuando saben que no tiene sentido

seguir interviniendo con ellos. Pero aquellos que solo quieren enviarte facturas estarían interesados en patear el bote.

Hoy en día, los avances en los cuidados paliativos y el alivio del dolor han llegado a un punto en el que la mayor parte del dolor que una persona experimenta en el lecho de muerte puede ser eliminado con medicación adecuada. Pero la gente pregunta, ¿el uso de analgésicos de alguna manera afectará la calidad de la muerte inminente? ¿Hay algún mérito en pasar por el sufrimiento completo en el lecho de muerte? Estas preguntas surgen debido a todas esas enseñanzas moralistas en el mundo que dicen que soportar el dolor y el sufrimiento es una virtud y es una forma de expiar los pecados. Esto sucedió: un nuevo grupo de personas llegó al cielo.

Todos eran golfistas. Preguntaron, '¿Hay un campo de golf en el cielo?'

San Pedro dijo, 'Por supuesto.' Preguntaron, '¿Podemos verlo? ¿Está bien?' Él pidió al Espíritu Santo que los llevara en un carrito de golf. Así que los llevó a través de un fabuloso campo de golf, lleno de flores, vegetación y todo.

Cuando cruzaron el tercer hoyo, vieron que había un pozo de fuego y la gente estaba quemándose, gritando y llorando. Miraron esto y preguntaron, '¿Qué es esto? Pensamos que no había sufrimiento en el cielo.' El Espíritu Santo dijo, 'Son personas religiosas; insisten.'

Así que cuando alguien está en el lecho de muerte, ¿está bien usar analgésicos? Si es un analgésico no sedante y si puedes mantener un nivel razonable de conciencia, está perfectamente bien tomarlos. ¿Por qué quieres pasar por el dolor si no hay necesidad médica de sufrirlo? Pero si los analgésicos son excesivamente sedantes y ni siquiera estás apenas consciente, entonces no es la mejor manera de irse.

Sobre Morir en Casa

Me gustaría ver un día en que la gente venga a *Kayantha Sthanam*[4] y diga, ‘Creo que es mi momento. ¿Hay un lugar aquí donde pueda quedarme y morir? Nadie necesita llevarme hasta aquí.’ Ese sería un buen día.

Ir allí, sentarse felizmente, no comer ni beber nada, simplemente

morir. Sin funeral, solo cremación. Ese sería un mundo Iluminado. Bueno, eso es algo lejano, no sucederá ahora mismo, pero al menos deben crearse espacios donde las personas puedan morir en paz con un cierto enfoque.

Lo que sucede hoy en los hogares es que, aunque todos van a morir, lamentablemente, nadie está capacitado para manejar la muerte. ¿Cómo es eso? En los Estados Unidos, verás que en cada comedor hay instrucciones de primeros auxilios sobre qué hacer si alguien se atraganta con la comida. Pero, ¿por qué alguien se atraganta con la comida? Nunca he oído hablar de algo así en la India. Nadie se atraganta con la comida en la India, aunque, en general, la gente en la India tiene más hambre que los estadounidenses. Las personas se atragantan con la comida probablemente porque están hablando y comiendo al mismo tiempo. Cuando intentas introducir y expulsar simultáneamente por el mismo canal, algo se confunde. Si la gente simplemente se callara y comiera, no creo que nadie se atragantara con su comida.

De todos modos, para algo como atragantarse mientras se come, hay tanto cuidado y esfuerzo para informar a la gente sobre cómo manejarlo, pero no se hace nada sobre cómo manejar la muerte. Todos saben que la gente va a morir. Sabes que tus abuelos van a morir, sabes que tus padres van a morir, pero cuando sucede, nadie sabe cómo manejarlo porque en algún lugar están tratando de evitarlo. Creen que al no hablar de ello, al no prepararse para ello, no va a suceder.

Muy pocas familias tienen el sentido común de prepararse y decir, 'Está bien, esta persona va a morir, preparemos eso.' Es hora de que nos preparemos para hacer al menos algunas cosas para asegurar que esta persona que está muriendo no tenga que pasar por sufrimiento innecesario.

Ahora, incluso cuando alguien está médicamente muerto, no está existencialmente muerto porque la muerte ocurre lentamente. Así que hay ciertas preparaciones que se pueden hacer para reducir la turbulencia del momento y asistir en la retirada de la vida durante ese tiempo. Si estás muriendo en casa, es mejor que te retires a una habitación limpia, blanca, con luz azul tenue. Sin fotografías, nada. Si hay un toque de azul a tu alrededor, esto te ayudará a morir bien. Otra cosa simple que puedes hacer para ayudar es tener una lámpara encendida las veinticuatro horas del día, junto a esa persona. Una lámpara de ghee es preferible, pero también puedes usar mantequilla. Esto crea una cierta aura para que la naturaleza turbulenta de la

retirada pueda ser regulada hasta cierto punto.

Luego, puedes tener un canto o algo con el tipo correcto de sonidos en marcha. Estos deberían ser el tipo de sonidos que tocarán los fundamentos de quién eres. Sería aún mejor si son sonidos consagrados o cantos o mantras. Y mejor aún si los has internalizado de antemano. Internalizar un canto puede ser una herramienta muy poderosa en la vida y en la muerte. Esto ocurrió en la vida del santo del sur de la India llamado Swami Ramdas. Ramdas fue iniciado en la adoración del Señor Rama por su padre, a través del canto del mantra 'Rama, Rama, Rama'. Con el tiempo, su práctica del mantra se hizo profunda. Una vez, cuando aún era un sadhaka no reconocido, vagaba por el campo. Era de noche y una persona benevolente en un pueblo se ofreció a alojarlo por la noche.

Ramdas comió la cena que le ofrecieron y se fue a dormir. Pero en medio de la noche, el anfitrión se dio cuenta de que alguien estaba cantando 'Rama, Rama, Rama' en voz alta. Estaba molesto porque quería dormir. Así que fue a ver a Ramdas. Estaba profundamente dormido. Pero el dueño aún podía escuchar el sonido de 'Rama, Rama'. Así que se acercó lentamente a Ramdas y sintió que el sonido emanaba del cuerpo de Ramdas. ¡Su práctica del mantra estaba tan intensificada que incluso mientras dormía, su cuerpo simplemente reverberaba 'Rama, Rama, Rama'!

Tales incidentes, en los que las personas han internalizado sonidos o mantras, han ocurrido en la vida de muchos otros santos. Esto también ocurrió con mi Divino Gurú. Lo llamo Divino porque el elemento de divinidad me ocurrió solo debido a Su Presencia. Palani Swami nunca le dijo a nadie su nombre, tal vez ni siquiera lo recordaba. Porque la gente lo veía en muchos estados fantásticos alrededor de las colinas de Palani, lo llamaban Palani Swami. Solo por sentarse en un lugar, atraía a grandes multitudes, tanto que los sacerdotes del templo local se pusieron un poco resentidos. Estaban irritados porque este hombre que no hacía nada, que pedía comida a otros, estaba atrayendo a tanta gente. Mientras tanto, ellos estaban sentados en el templo de la mañana a la noche, haciendo sus rituales y deberes, pero la gente no iba allí; iban a este hombre. Así que querían encontrar algo en su contra. Un día, acusaron a Palani Swami de decir 'Shambho' mientras hacía sus abluciones matutinas, algo que se considera un sacrilegio. Así que lo llevaron ante el panchayat del pueblo y lo acusaron de profanar a Dios al pronunciar su nombre mientras se aliviaba por la mañana. Palani Swami simplemente se sentó allí ante este grupo ignorante de jueces, con los ojos cerrados y

la boca cerrada. Entonces, entre la multitud se pudieron escuchar fuertes reverberaciones del sonido 'Shambho'. Y ese fue el fin de su persecución.

Así que puedes internalizar un canto como este, donde tus propias energías reverberan con ese sonido. Para alcanzar el punto en el que está internalizado, necesitas una cierta cantidad de canto en voz alta inicialmente. Si haces eso en tu vida cotidiana, puede ser un gran apoyo cuando se acerque la muerte. Hemos creado una colección de cantos sagrados llamada *Vairagya*. Tiene cinco mantras. Escucha el álbum una y otra vez, prestando atención a cada uno de los mantras. Cada uno dura diez minutos. Descubre qué mantra realmente te atrae. Simplemente escucha repetidamente. Cuando sientas que uno de ellos realmente te atrapa, simplemente sigue con ese. Mantén este mantra en marcha todo el tiempo: en tu coche, en tu casa, en tu iPad, iPod, teléfono, en todas partes.

Simplemente mantenlos en marcha durante un tiempo. Inicialmente, cántalo en voz alta como una canción. Poco a poco, ve si puedes cerrar la boca y mantener la misma reverberación. Inicialmente, a menos que lo cantes lo suficiente en la forma más fuerte y con algo de volumen, no puedes llevarlo hacia adentro. Debes crear esa memoria de la reverberación sustancialmente en tu sistema, donde, incluso si cierras la boca, el mantra sigue. Después de un tiempo, si simplemente te lo recuerdas, fluye porque has creado una memoria de esa reverberación.

Ahora, la persona moribunda puede no ser capaz de hacer el canto por sí misma.

En el momento de la muerte, se necesita algo para que una persona sea lo suficientemente consciente como para decir lo que quiere decir. La mayoría de las personas mueren en la inconsciencia. Así que en esta cultura, si alguien está muriendo, las personas alrededor siempre comienzan un canto como 'Ram, Ram' o 'Aum Namah Shivaya', o lo que sea que conozcan porque quieren que el moribundo también pronuncie un sonido consagrado que crea conciencia. Así que cuando alguien está muriendo en casa o en otro lugar, puedes poner un canto de uno de estos mantras a un volumen muy bajo. Si ya han elegido su propio canto o lo han internalizado, eso se puede usar. Si no habían elegido uno, se puede tocar *Brahmananda Swarupa* para todos. Esto asegurará que se pueda evitar una retirada turbulenta de la vida.

Podríamos hacer disponibles mantras más poderosos para salir del cuerpo porque las reverberaciones pueden hacer maravillas para una

vida que ya está

organizándose para salir. Si causas poderosas reverberaciones de apoyo, la vida se organizará muy bien, y te volverás suelto dentro del cuerpo. Así que al menos puedes tener unos días o unas horas de experiencia en las que no eres el cuerpo al 100 por ciento. Esto será algo maravilloso para cualquier ser humano. Pero también afectará a las personas que están alrededor, así que nadie debe estar allí cuando se esté utilizando. Además, no sabemos cómo la gente lo usará. No hay manera de asegurarse de que se utilizará de manera responsable. Pueden usarlo en su coche mientras conducen, y pueden salir de este mundo chocando. Así que es mejor no intentar estas cosas con las masas y en su lugar usar algo general como los cantos de Vairagya.

De los Pancha Pranas, el Udana Vayu puede ser influenciado por el tipo correcto de reverberaciones. Como mencionamos antes, el Udana Vayu se retira entre seis y doce horas después de que la respiración se detiene. Al cantar y encender *sambrani*,[5] uno puede crear las reverberaciones adecuadas para que Udana salga rápidamente. De lo contrario, incinerar el cuerpo de la persona antes de que Udana salga puede causar cierto nivel de turbulencia.

Ahora, ¿qué hacer si alguien está muriendo en una UCI o algo así, donde los médicos no permiten lámparas y cantos y cosas así?

Primero que todo, la gente no debería ir a una UCI a morir. Pero si tal situación es inevitable, puedes hacer algunas cosas en casa, pero no son tan efectivas. Por ejemplo, puedes guardar alguna prenda de ellos —

algo que hayan usado—envolverla en una tela blanca y mantenerla frente a su foto y encender una lámpara. Puedes reproducir el canto allí. Tendrá algún impacto, pero no el mismo que estar en la presencia física.

Esta lámpara y el canto deben continuar hasta catorce días después de que uno haya sido declarado muerto porque uno puede estar médicamente muerto pero no existencialmente muerto. La muerte ocurre lentamente. La retirada del proceso de vida de este trozo de tierra—el cuerpo—ocurre paso a paso. Para todos los propósitos prácticos, la actividad de los pulmones, el corazón y el cerebro se detiene, por lo que se les declara muertos, pero aún no lo están. Incluso si el cuerpo de la persona se quema, todavía no se han ido porque su movimiento hacia el otro reino aún no ha ocurrido.

Ahora, cuando se acerca el momento de la muerte, es mejor mover a la persona moribunda fuera de la casa a un patio abierto o espacio abierto.

Allí debes mantenerlos, preferiblemente sobre una tela sobre suelo abierto en una

alineación norte-sur, con la cabeza hacia el norte. Esto se debe hacer cuando la muerte es segura y deseas que ocurra con facilidad. Si el cuerpo aún está en la casa, dentro de ambientes construidos, el ser no deja el cuerpo con facilidad.

¿Por qué poner la cabeza hacia el norte? Tradicionalmente, en la India, te dicen que no duermas con la cabeza hacia el norte. Esto es válido solo cuando estás en el hemisferio norte. Si vas al hemisferio sur, digamos Australia, no deberías poner tu cabeza hacia el sur. Principalmente, este cuerpo está diseñado de tal manera que si permaneces vertical, es ideal.

Ahora tu corazón está ubicado tres cuartas partes del camino hacia arriba porque bombear la sangre hacia arriba es difícil, bombearla hacia abajo es fácil, y todas las arterias y venas que van por encima del corazón son muy delgadas. Los vasos sanguíneos que van hacia abajo son mucho más gruesos. A medida que van hacia el cerebro, se vuelven casi como cabellos.

Así que cuando te acuestas, la sangre puede ser bombeada a la parte superior del cuerpo con mucha más facilidad. El corazón también hace algunos ajustes una vez que te acuestas. Pero a pesar de eso, hay un cierto efecto.

Ahora, el hierro es un componente importante de tu sangre. Si eres anémico, tu doctor te prescribe suplementos de hierro. Como sabes, el Polo Norte tiene una atracción magnética muy fuerte sobre el resto de la Tierra. Ahora, si te acuestas con la cabeza hacia el norte, atraerá tu sangre en esa dirección, por lo que habrá un mayor flujo de sangre hacia tu cerebro. Esto no es mucho, pero suficiente para impactar el sistema. Por eso, cuando duermes con la cabeza hacia el norte, tendrás un sueño perturbado.

También puedes tener pesadillas debido al sueño perturbado. Las personas mayores incluso pueden morir en su sueño si ponen su cabeza hacia el norte. O pueden tener una hemorragia o un derrame cerebral y cosas así. Así que cuando vives en el hemisferio norte, no debes poner tu cabeza hacia el norte.

Sin embargo, cuando una persona está muriendo, debes colocar la cabeza hacia el norte porque facilita y ayuda al proceso de desentrelazamiento del ser del cuerpo. Durante los últimos momentos, aunque el cuerpo físico ha perdido su vitalidad, la vida aún intenta quedarse allí y hacer cosas, sin saber qué hacer. Pero en el momento en que lo colocas afuera en una alineación norte-sur, simplemente sabe que se ha terminado. Así que dejará el cuerpo sin esfuerzo. También ayuda a mantener un estado consciente durante la transición. Estas son

algunas cosas simples pero efectivas que puedes hacer para ayudar a alguien que está muriendo.

Rituales desde la Muerte hasta la Disposición del Cuerpo

Ya vimos que cuando se trata de la muerte, el uso del lenguaje es significativo: no diagnosticas a alguien como muerto, lo *declaras* muerto. Es significativo porque hay una diferencia entre los dos.

Cuando los declaras muertos, es solo para ti que están muertos. En cuanto a esa persona, de alguna manera, todo lo que ha sucedido es que ha perdido su cuerpo. Toda su vida vivieron pensando que eran el cuerpo, sin darse cuenta de que la masa física que llevamos es una acumulación de este planeta. Cuando de repente uno se desliza fuera del cuerpo, tiende a rondarlo, ya que no hay una inteligencia discriminatoria. La vida llegó al cuerpo en etapas y se irá en etapas.

Se cree en la cultura india que en el momento en que estamos seguros de que alguien está muerto, debemos hacer ciertas cosas porque la situación está llena de posibilidades para que podamos ayudar al ser que ha partido. Una persona que tiene conocimientos sobre las complejidades del proceso de la muerte puede hacer mucho bien por el difunto, pero incluso las personas comunes que se encuentran alrededor del moribundo también pueden hacer una gran diferencia al facilitar el viaje del fallecido haciendo ciertas cosas, ya sea que lo entiendan o no. Esto será bueno para la persona fallecida y también para los vivos.

La Colocación del Cuerpo

Incluso después de que ha ocurrido la muerte, es bueno colocar el cuerpo en una alineación norte-sur, con la cabeza hacia el norte. Como dijimos anteriormente, en cuanto a la persona fallecida, toda su vida vivieron pensando que eran el cuerpo, experimentando que eran el cuerpo. De repente, salieron y están confundidos. Confundidos

existencialmente, no psicológicamente. No tienen una mente discriminatoria para pensar. No se dan cuenta de que ha terminado. Se quedan cerca porque el cuerpo todavía está allí. Tienden a intentar volver al cuerpo, que no es apto para sostener la vida.

Esto puede llevar a una cierta energía en ese lugar que no es buena ni para la persona ni para las personas que viven alrededor de ese espacio.

Cuando colocas el cuerpo en una alineación norte-sur, con la cabeza hacia el norte, el ser será alejado del cuerpo. Una vez que haces esto, ciertos cambios ocurren más rápidamente en la fisiología del cuerpo que ha sido descartado. El ser se da cuenta de que es inútil permanecer cerca de ese cuerpo en particular porque ya no puede acceder a él. Surge una cierta distancia entre el ser y el cuerpo, lo cual es muy propicio para lo que tiene que suceder a continuación para el ser.

Atar los Dedos Gordos del Pie

Lo siguiente que se debe hacer después de la muerte es atar los dedos gordos del pie juntos. Esto se debe a que cuando estás vivo, las energías de la vida están profundamente infundidas en cada célula de tu cuerpo. Cuando ocurre la muerte, estas energías retroceden lentamente.

Funcionalmente, puede estar muerto, pero no muere totalmente; muere lentamente porque todas las células del cuerpo no están muertas aún y todavía están haciendo un esfuerzo por vivir. Intentarán extraer energía del exterior.

Cuando intentan extraer energía, ciertas fuerzas pueden entrar en el cuerpo. Para evitar estas cosas, la gente ata los dos dedos gordos del pie juntos de tal manera que las superficies exteriores de los dedos gordos estén tocándose entre sí.

Incluso ahora, notarás que si pones tus dedos gordos del pie juntos, tu orificio anal y el Chakra Muladhara siempre estarán bien cerrados. Si el Chakra Muladhara no está cerrado, el aspecto restante del prana tiende a salir de ese chakra, lo cual no es deseable. Además, si el Chakra Muladhara y el orificio anal están abiertos, tiende a convertirse en un pasaje inferior para que el ser entre nuevamente al cuerpo. Esto puede causar una situación muy negativa, que no es en absoluto buena para ese ser ni para los vivos.

Una vez que el Chakra Muladhara está cerrado, el ser no puede entrar y no puede ocurrir la reposición del cuerpo. Este deseo de poseer el cuerpo a través del Chakra Muladhara no necesariamente tiene que

ser por parte del ser que ha dejado el cuerpo. Hay otros seres que buscan tal pasaje. Si alguien quiere realizar ciertas prácticas ocultas donde se utilizan cuerpos recién muertos, siempre se usa el Muladhara porque es el pasaje más fácil. Otros pasajes no estarán tan fácilmente disponibles. Así que atar los dedos gordos juntos también protegerá el cuerpo de ser utilizado por personas que practican el ocultismo, lo que ataría a ese ser de muchas maneras.

También hay un aspecto práctico en esto. Si no atas los dedos juntos, cuando ocurre la muerte, las piernas tenderán naturalmente a separarse y abrirse. Una vez que se instala la rigidez cadavérica, no podrás volver a juntarlas, y manejar el cuerpo muerto será difícil

e incómodo. Así que atar los dedos juntos evitará la distorsión del cuerpo.

Lavar y Vestir el Cuerpo

En ciertas comunidades en la India, donde aún son conscientes de estas cosas, lo primero que hacen cuando alguien muere es desnudar el cuerpo.

Lo siguiente es lavar el cuerpo con agua. Una razón es que la persona puede haber estado lesionada y enferma durante los últimos momentos, por lo que quieres limpiar eso. Pero no es solo por razones de higiene que les das un baño. Mira, incluso cuando estás vivo, si alguien intenta darte un baño y te echan agua en la cara, sentirás como si te estuvieran ahogando. Sientes que te estás ahogando. Si hay incluso alguna pequeña actividad sucediendo en el cuerpo, cesará. La idea no es solo limpiar el cuerpo, sino facilitar la retirada completa de la vida del cuerpo ya que el agua corriente tiene la capacidad de eliminar muchos aspectos del cuerpo.

Ahora, una vez más, colocas el cuerpo en una alineación norte-sur en un espacio abierto. El cuerpo se mantiene desnudo, con solo una tela blanca cubriéndolo.

Esta tela es también para el bien de las personas, no para el bien del cuerpo muerto.

No hay nada que cubrir, no hay nada que exponer para un cuerpo muerto, pero la gente viva tiene problemas. Así que se usa una tela blanca, solo una sábana, para cubrir el cuerpo. ¿Por qué una tela blanca? El color blanco refleja toda la luz y la mayor parte del calor, dos factores que pueden acelerar la descomposición de las células. Esta aceleración de la descomposición no es recomendable en esta

etapa, ya que ciertos aspectos del prana todavía están parcialmente funcionales en el cuerpo. La tela negra o de colores absorberá tanto la luz como el calor, y debe evitarse.

Desafortunadamente, hoy en día, la gente ha comenzado a vestir y adornar el cuerpo de manera elaborada. Los funerarios en Occidente en realidad hacen más maquillaje para los cuerpos muertos que lo que la gente haría para las estrellas de Hollywood. Se ha vuelto muy lucrativo. Pero en esta cultura, cuando regresas a la muerte, regresas desnudo, como naciste. Incluso si no lo realizaste cuando estabas vivo, al menos es una realización para las otras personas que están mirando. Es un golpe en la cabeza para decirles que estas cosas ya no importan.

Cosas que No Deben Hacerse alrededor de un Cuerpo Muerto

Hay muchas costumbres y rituales para los muertos en varias culturas, pero hay algunas cosas que definitivamente no debes hacer cerca de un cadáver. Una cosa es que no debes dormir cerca de un cadáver. Esto es porque, durante el sueño, todos son mucho más susceptibles a todo que cuando están despiertos. Ya vimos que la muerte es un proceso y sigue en marcha durante bastante tiempo. Si has mantenido el cuerpo durante seis, doce o veinticuatro horas o lo que sea, el proceso sigue en marcha, y la vida todavía está saliendo. Entonces, las personas que duermen cerca del cuerpo se vuelven vulnerables a tales cosas, lo cual no es bueno para ellos.

Otra cosa es que no se debe cocinar ni comer cerca de un cadáver. La misma naturaleza de la comida atraerá esa energía en esa dirección. Así que, si estás cocinando o comiendo cerca de un cadáver donde las energías vitales aún están saliendo, estarás comiendo a tu propio pariente de alguna manera. Esto puede sonar muy extremo, pero es así porque la comida atraerá estas energías.

Por eso, tradicionalmente, la gente no cocina en la casa donde ha ocurrido una muerte durante un período de catorce días. La gente trae comida de fuera, para las personas allí. Pero tampoco es bueno comer allí.

El mismo proceso de comer hace que una persona sea vulnerable a influencias. Los momentos de comer y de sexualidad son los momentos en que un ser humano se vuelve mucho más vulnerable que en otros momentos porque, esencialmente, la estructura humana tiene que abrirse de alguna manera para recibir.

Esta es la razón por la que debes reducir la cantidad de veces que

comes para que mantengas la integridad del sistema. Puedes observar esto claramente: aquellos que comen todo el tiempo, incluso si comen menos, no tendrán integridad del sistema. La sexualidad, la comida e incluso el constante sorber agua abren el cuerpo a varias influencias que no siempre funcionarán positivamente para las personas. Es en este contexto que un yogui abre su cuerpo solo cuando es absolutamente necesario y eso también de una manera estructurada y disciplinada. La ingestión constante afloja la integridad general de las dimensiones más sutiles del cuerpo. Verás que las personas que están siempre comiendo algo se vuelven algo inestables mentalmente.

No es que se vuelvan gordos, ese no es el punto. Se vuelven débiles en todos los sentidos, no tienen fuerza, vitalidad o capacidad simplemente porque están abriendo su sistema todo el tiempo. Además, no comes simplemente en cualquier lugar y en todas partes. Siempre, en la India, nunca quieres

ser visto por extraños cuando estás comiendo. No comes con cualquiera. Comes solo con personas que te conocen, con personas que tienen buenas intenciones para ti. Pero hoy en día, incluso si es tu enemigo, las reuniones suceden durante la cena. Pero al menos alrededor de un cadáver, deberías evitar comer.

También se debe evitar tocar innecesariamente el cadáver.

El contacto que necesites hacer debe ser para limpiar, bañar o mover el cuerpo, pero se debe evitar sostener el cuerpo innecesariamente, abrazarlo y todo eso. Eso no es bueno para ti ni para la vida que está saliendo. Otra cosa es que no dejas el cadáver solo. En la India, si alguien cercano a ti muere, se supone que debes mantener una lámpara de ghee, mantequilla o aceite de sésamo encendida cerca del cuerpo. La gente debe sentarse y vigilar—nadie deja un cadáver solo. La llama de la lámpara tiene un efecto purificador y es como el Klesha Nashana Kriya. Si es una muerte normal, la lámpara debe colocarse a los pies. Si es una salida elevada, entonces la lámpara debe colocarse en la cabeza para tener un impacto purificador sobre la energía que está saliendo. Si hay ayuda calificada, entonces pueden elegir encender la lámpara sobre una parte específica del cuerpo. La lámpara puede encenderse incluso hasta catorce días después de que el cuerpo ha sido cremado o enterrado.

Rindiendo Homenaje a los Muertos

En casi todas partes del mundo, si alguien ha muerto, las personas que conocían a la persona vienen y rinden homenaje por lo que fue. Pero

en la India, generalmente se trata a una persona muerta como un ser Divino y se inclinan ante ellos. No importa quiénes eran cuando estaban vivos. Cuando estaban vivos, tal vez no merecían ningún tipo de respeto, pero ahora que están muertos, la gente se inclina ante ellos. Esto no es por alegría de que la persona se haya ido. Se inclinan ante él o ella porque ya no son esa persona. Ahora, lo que queda y lo que ronda es de una naturaleza diferente. Esto es vida. Esta es la base de la vida, y con eso no discutes. No cuestionas su sabiduría. Simplemente te inclinas porque está muy por encima de ti.

Las Pertenencias de la Persona Fallecida

Cuando una persona muere, los artículos de ropa que han estado en contacto íntimo con su cuerpo, como la ropa interior, deben ser quemados de inmediato. Otras ropas, joyas y otros artículos se distribuyen no solo a una persona sino entre muchas personas dentro de tres días.

Todo se distribuye lo más rápido posible para que el ser se confunda. No sabrá dónde quedarse. Si entregaras un montón de sus pertenencias a una persona, el ser iría allí porque la energía de su propio cuerpo todavía existe en la ropa y se sienten atraídos por ella. Esto se hace no solo para asentar a los muertos sino también para asentar a la familia y los parientes para que también entiendan que se ha acabado. No importa cuán involucrado o apegado estuvieras a alguien cuando todo termina, el juego se acabó.

Quemar o Enterrar

Verás que si alguien muy querido para ti muere y su cuerpo está allí, seguirás alucinando, 'Tal vez solo están durmiendo, tal vez se sentarán, tal vez suceda un milagro. Tal vez suceda otra cosa.' Sabes, esto continuará innecesariamente. Verás a la gente llorando y sucediendo un gran drama emocional. Pero en el momento en que el cuerpo es cremado, verás que todos se quedan en silencio. Siempre.

Porque ahora todos saben que el juego se ha acabado. La cremación de cuerpos también proviene de una cierta comprensión de la vida. La idea de quemar es que no debe quedar rastro de ti. Una vez que te has ido, te has ido completamente. Nada de ti debe quedar. Pero si alguien sale de su cuerpo conscientemente, o incluso si no conscientemente, al menos salió suavemente o se filtró del sistema, entonces puedes enterrarlos. Pero si fueron sacudidos del sistema, debes quemar el cuerpo.

Tradicionalmente, en la India, verás que las familias agrícolas entierran a sus muertos porque la mayoría de ellos habrían muerto de vejez—se habrían filtrado. Las familias de Kshatriya, que eran la clase guerrera, siempre quemaban a sus muertos porque la mayoría de ellos fueron sacudidos de su cuerpo ya sea en una guerra o mientras luchaban en algún lugar. Incluso de otra manera, estas eran personas que llevaban estilos de vida extravagantes de beber y hacer esto y aquello, por lo que la mayoría de las veces rompían el cuerpo de alguna manera. Tales cuerpos deben ser quemados de inmediato. Pero ahora no hay nadie para identificar

todas estas cosas, y además, si las pones en un ataúd y las entierras, no se convertirán en parte de la Tierra por mucho tiempo. Así que diría que si alguien muere cuando aún es joven y vibrante, es mejor incinerarlo. Solo si alguien muere de viejo, puedes enterrarlo.

Si entiendes la vida muy bien, absolutamente bien, puedes salir del cuerpo de tal manera que salgas completamente, recoges todo y te vas.

Si te vas así, también puedes ser enterrado. Has salido completamente, así que no hay prisa. Incluso podemos mantenerte por uno o dos días y luego enterrarte. Normalmente, la gente construye samadhis para esas personas para que las energías que han dejado atrás puedan ser aprovechadas por otras personas.

Incluso si enterramos a alguien, debemos poner una capa de sal y cúrcuma debajo y encima del cuerpo. No pienses que estamos haciendo un estofado con ellos; la idea es que queremos que el cuerpo se deteriore lo más rápido posible. Si lo pones en el suelo sin estas cosas, el cuerpo permanece intacto por mucho tiempo y se producen ciertos procesos innecesarios que no son buenos. Además, en la India, otro miedo era que había personas que practicaban varios tipos de sadhanas ocultas, que siempre buscaban un cuerpo recién muerto. Si entierras el cuerpo y te vas, tan pronto como te vayas, vendrán y lo desenterrarán. En tiempos recientes, no se escucha mucho sobre estas cosas, pero solía ocurrir a menudo en el pasado. Si pones sal, ese cuerpo se vuelve inútil para ellos. Si saben que pusiste sal, no desenterrarán la tumba.

También hay ciertas culturas que practican alimentar a las aves carroñeras. Como sabemos, entre los marineros, hay una práctica de entierro en el mar. Estas prácticas surgieron por conveniencia. Ciertas religiones se originaron donde apenas había madera para quemar, por lo que el entierro se volvió importante. No había posibilidad de quemar porque el combustible era extremadamente precioso en tierras desérticas. Además, el entierro era fácil en la arena. Se podía cavar un hoyo con las manos y cubrirlo. Quizás la costumbre de enterrar a los muertos en una caja surgió porque los animales salvajes los olían y desenterraban los cuerpos. Lentamente, las cajas se volvieron más y más elaboradas. Con el paso del tiempo, hoy en día, la mayoría de los ataúdes son cada vez más ornamentales, hechos de madera dura, acero e incluso concreto.

Si entierras un cuerpo en este tipo de ataúdes, simplemente se pudrirán dentro.

No se convertirán en parte de la tierra por mucho, mucho tiempo. Esto no es bueno.

Otra razón para evitar el entierro es la cuestión de lo que dejas atrás. Deberías experimentar con esto y ver. Entra en un cementerio y ve cómo se siente, luego entra en un crematorio y ve cómo se siente.

Digamos que hoy se han realizado cinco cremaciones, el crematorio estará muy activo, lleno de energía. Esto es mucha vida, pero si no tienes una mente equilibrada, puede ser una energía muy temerosa. Temorosa no por otra cosa, sino porque de alguna manera te recuerda tu mortalidad. Es casi como si hubiera habido un sacrificio aquí, ese tipo de energía. Yogis y tántricos querían permanecer en tales lugares porque habían aprendido a usar esa energía de manera positiva. Así que lo que deja la cremación es algo que está bastante vivo, pero este no es el caso con el entierro.

Si vas a un cementerio, verás que hay una especie de energía de descomposición. La descomposición puede no ser la palabra correcta porque no es porque el cuerpo se esté descomponiendo. Es una liberación lenta de esa misma energía. Además, como la energía permanece demasiado tiempo, se ha entremezclado de muchas maneras con demasiadas vidas y el resultado neto es una energía muy estancada.

Los cementerios no te causan miedo, pero muy fácilmente una cierta tristeza o

estado de ánimo depresivo puede establecerse en una persona solo por visitarlos, incluso si nadie querido fue enterrado allí. Esto es como la sensación que obtienes en una sala general en un hospital público. No es ni vida ni muerte. Esto no es algo bueno para dejar a las futuras generaciones.

Llevar el Cuerpo a Casa

La gente tiene este fuerte sentimiento de que dondequiera que la persona haya muerto, su cuerpo debe ser llevado a casa para ser enterrado o cremado. En un tiempo, esto habría tenido cierta relevancia porque muchas personas tradicionales en este país no comían nada que se hubiera cultivado en un lugar que estuviera más allá de un día de distancia a pie de sus hogares. Nada de fuera de esa área era consumido. Cada vez que viajaban, también llevaban su comida con ellos. No querían comer alimentos de cualquier lugar. Así que desarrollaron una fuerte resonancia y una relación muy

existencial

con la tierra en la que vivían. Si vivías así, morir en ese lugar y ser enterrado en ese lugar podría ser muy importante.

Hoy en día, comemos cosas que vienen de todo el mundo o al menos de todo el país y, además, estamos deambulando por todo el planeta. Así que donde seas enterrado ya no importa tanto. Es más una cuestión emocional. Y si ya estás en un país extranjero, no sabemos cuánto de ese país llevas contigo. Así que, existencialmente, no importa dónde dispongas del cuerpo, pero, emocionalmente, sí importa para la gente. Además, hay este elemento de practicidad también. Toda la familia y amigos que habrían querido participar en el funeral es más probable que estén alrededor de tu propio hogar, por lo que tiene más sentido traer el cuerpo de vuelta porque muchos de ellos pueden no ser capaces de viajar al lugar donde esta persona murió.

Limpiando la Casa

Siempre que ocurre una muerte en un lugar o una vivienda, generalmente, hay algunos procesos de limpieza que deben hacerse. Esto no es solo por razones de higiene; quieres borrar esa energía completamente de ese lugar. Si quieres limpiar los hogares o viviendas, puedes hacer *Punya Pooja* 6 o algo similar, lo cual funcionará muy bien. También puedes limpiarlo llevando un fuego vibrante, como un fuego de alcanfor, por toda la casa.

Al igual que hacemos klesha nashana para el cuerpo individual, de manera similar, puedes hacer klesha nashana para toda la casa. Hacer algunos cantos en ese espacio también podría ser muy beneficioso.

Esta necesidad de limpieza no es solo para los lugares donde ocurre la muerte.

Tradicionalmente, incluso si asistías a un funeral, tenías que bañarte, limpiarte adecuadamente y cambiarte de ropa antes de siquiera entrar a la casa o tocar cualquier cosa allí. En algunas culturas, la ropa que usaste para el funeral no debía ser usada nuevamente. Se quemaba porque recoge una cierta aura de muerte, y no quieres llevar eso contigo y caminar por ahí.

Tonsurar la Cabeza después de la Cremación

Un ritual hindú común después de la muerte es tonsurar la cabeza de los parientes masculinos del fallecido. Este afeitado de la cabeza se

puso en práctica cuando la gente generalmente llevaba mucho cabello en la cabeza. Hoy en día, lo están cortando de todos modos cada mes más o menos, así que si te afeitas o no puede que no haga mucha diferencia. Pero normalmente la gente solía tener el cabello largo, y el cabello es algo que puede recoger fácilmente una cierta cantidad de aura. Sabes que el cabello recoge estática. Las personas que tienen mucho cabello tienen estática,

a veces cruje en cierto clima. El cabello tiene esta capacidad.

De manera similar, si has estado en la casa donde ocurrió la muerte o eres pariente de esa persona, recoges un aura de muerte, particularmente en tu cabello. Se queda contigo.

Así que si tienes mucho cabello, te lo afeitas para que el aura desaparezca. Esta es la razón por la que también tonsuran las cabezas de los recién nacidos. Cuando estabas en el vientre de tu madre, recogiste esa aura. Después del nacimiento, el aura de eso todavía está allí. Si se queda contigo, no crecerás bien. Así que esperan cuatro o cinco meses, para que el bebé esté razonablemente crecido y estable en salud, y luego le afeitan la cabeza. Afeitar la cabeza del niño también ayuda en el desarrollo del cerebro al mover energías hacia la región de la cabeza.

Esparciendo las Cenizas

Después de que ha ocurrido la muerte, puede tomar hasta cuarenta días para que el ser deje completamente el cuerpo. Incluso si has quemado el cuerpo físico, buscarán ciertos elementos del cuerpo como la ceniza o tal vez sus ropas usadas o algo que les pertenecía. Podría ser el sudor o el olor del cuerpo porque aún no ha llegado la realización de que se ha terminado. Esto no es deseable, por lo que queremos eliminarlo. Una de las cosas que se hace para esto es esparcir las cenizas lo más ampliamente posible.

Después de la cremación, si mantienes la ceniza en un solo lugar, hay una tendencia para que el ser busque eso. Así que se ponen en un río donde realmente se dispersan. De esa manera no pueden ser encontradas. El esfuerzo es hacer todo lo posible para que el ser entienda que se ha terminado. Esto también es para que los vivos entiendan que todo ha terminado. De lo contrario, mantendrás la ceniza en una olla en tu casa y te pondrás innecesariamente emocional sobre ello.

Otra razón por la que dispersas la ceniza es que quieres prevenir su

mal uso. Generalmente, los practicantes de lo oculto siempre recogen ceniza del crematorio cuando quieren hacer ese tipo de rituales, donde quieren atraer a un ser desencarnado hacia ellos. Estarán esperando, estarán sentados en el crematorio como si estuvieran allí para ayudarte. Generalmente, si quieren hacer un cierto tipo de ritual, robarán el cuerpo mismo. Usualmente son los Aghoris quienes hacen esto. Siempre están buscando un cuerpo joven y vibrante muerto para poder sentarse en el cuerpo muerto y hacer sadhana. Usando el Vyana Vayu, que todavía está retrocediendo en el cuerpo, activarán ese cuerpo y montarán ese cuerpo de cierta manera. O quieren usar sus propias energías para activar el cuerpo muerto para hacer ciertas cosas. En el pasado, no era raro. Otro tipo de personas también buscan las cenizas: estos son practicantes de lo oculto que las mal utilizan. Esto es brujería.

Es por todas estas razones que cuando alguien querido muere, quieres asegurarte de que estas cenizas se esparzan lo más ampliamente posible. No quieres que tus parientes muertos vengan a buscarlas o se conviertan en víctimas de la brujería. Así que tomas las cenizas y las pones en los ríos. O vas a una montaña y, donde el viento es fuerte, las arrojas al aire para que se esparzan por todas partes. En el pasado, este mal uso no era raro, pero hoy en día hay apenas un puñado de personas que son capaces de hacerlo. Pero aun así es mejor esparcir las cenizas para que el ser no sea atraído hacia ellas.

¿Está Bien Donar Órganos?

Yo diría, incluso si no has vivido tu vida de manera útil, ¡al menos en la muerte podrías ser útil! Así que, si alguien puede usar el cuerpo muerto, está bien. Ya vimos que todas las personas no mueren de la misma manera, así como todas las personas no viven de la misma manera. Si lo observas técnicamente, las personas pueden morir a partir de cualquiera de los chakras. Uno puede morir en cualquiera de estas dimensiones. Si alguien ha muerto de una cierta manera, saliendo conscientemente del cuerpo, entonces no es bueno desmembrar su cuerpo. Pero si las personas han muerto de formas normales, está bien hacerlo. El problema, nuevamente, es, ¿quién es lo suficientemente capaz para decidir esto? Además, cuando alguien está muerto, ¿puede uno ir y decirle a alguien, 'Está bien, tu padre ha muerto de una mala manera,

así que puedes abrir el cuerpo y donar los órganos?' No es socialmente aconsejable ni siquiera posible. Así que es mejor que la donación de órganos esté abierta para todos en lugar de hacer excepciones. Además, si va a ser útil para alguien, tal vez sea mejor hacerlo.

Estrictamente hablando, hay algunas desventajas para ciertas personas si se extraen los órganos, pero está bien si alguien va a ver a través de tus ojos o vivir mejor a través de tus órganos.

Ahora, la gente pregunta si alguien está en el camino espiritual, ¿puede donar órganos?

Creo que, excepto por el riñón y algunas otras cosas, estás donando los órganos solo después de estar muerto. Así que dónenlo, ¿cuál es el problema?

La pregunta es: ¿Está bien para una persona espiritual el pequeño rasguño en el cuerpo que hacen después de la muerte? Después de que uno muere, de todas formas quemas el cuerpo o lo entierras. Si lo entierras, los órganos serán donados a los gusanos o plantas. Ellos también los usan. Si te sacan un ojo, los gusanos no lo echarán de menos. Si mueres en un accidente o algo así, donde el cuerpo está roto pero aún todos esos órganos están bien, podemos tomarlos. Está bien. No tiene nada que ver con la espiritualidad. Es solo un problema emocional. Si algo es útil para alguien, si pueden ver o vivir usándolo, está bien. Además, para una persona morir con la intención de 'Que mi cuerpo sea útil para diez personas' es algo bueno.

Algunas personas donan su cuerpo entero para fines de investigación. Estos cuerpos serán preservados por mucho tiempo y cortados al máximo. Si comienzan a cortar el cuerpo dentro de los primeros once a catorce días, definitivamente hay un poco de daño para esa persona. Si ese es el caso, entonces podemos hacer algo para que salgan completamente. Después de eso, cómo se use su cuerpo, no importa. Pero creo que será mucho más allá de los catorce días antes de que comiencen a cortarlo para fines educativos o de investigación. En ese momento, es solo como un pedazo de vegetal. Ya sea que se lo des a los médicos o lo entierres o lo quemes, no hace ninguna diferencia para ese individuo.

Ahora, algunas personas se preocupan de que si el karma está codificado en incluso el aspecto más mínimo de nuestras vidas, entonces, ¿los órganos que se reciben a través de un trasplante también traen el karma del donante?

Las personas han estado haciendo transfusiones de sangre durante mucho tiempo. La sangre es mucho más vital que cualquier otro órgano y, de hecho, va por todo el cuerpo, a cada órgano. Tiene acceso a todo, incluyendo tu cerebro. Pero las personas

están bien con la transfusión de sangre, así que esto también debería estar bien.

Definitivamente, hay algo que adquieres, pero el beneficio supera los riesgos. ¿Es lo mejor que se puede hacer? No. Pero ¿es algo que haces si es necesario? Sí. Si el órgano no es adecuado, o de alguna manera no va bien con el cuerpo, de todas formas lo rechazará.

El problema es que tenemos demasiada emoción sobre estas cosas.

Tus riñones son solo filtros. Si tienes un coche diésel, cada 10,000

kilómetros o así reemplazas el filtro de combustible. Entonces, de manera similar, estás reemplazando el filtro de tu riñón. La pregunta es, tu filtro ya ha sido usado, es un filtro de segunda mano. ¿Hay un problema? Tal vez. Entonces, ahora están tratando de cultivar nuevos filtros en el laboratorio. Están cultivando el hígado, el riñón, el bazo, y lo que se necesite, en el laboratorio y almacenándolo. Cuando lo necesites, puedes tenerlo listo. Es un buen filtro nuevo. Puedes ponerlo porque el cuerpo es una cosa mecánica. Tal vez te volverás espiritual más fácilmente si tienes todos los órganos reemplazados porque no tendrás sentido de tu propio cuerpo. Es algo bueno porque no tienes que decirle a esas personas, '¡Tú no eres el cuerpo!' Saben que no son su corazón, no son su hígado, ¡no son su riñón!

Desmaterializando el Cuerpo

Todos los rituales post mortem son principalmente para la correcta disposición del cuerpo físico y para asistir al ser en su viaje futuro. Sin embargo, hay personas que se ayudan a sí mismas y no requieren asistencia de nadie para esto. Estos son yoguis altamente logrados: no solo dejan su cuerpo a voluntad, sino que también lo desmaterializan. ¡Es como si no quisieran molestar a nadie con el proceso de cremación! Tal cuerpo no se destruye, se desmaterializa. Se ha movido de la Creación a la no-Creación. Todo el proceso que ves en la Existencia es de la no-Creación a la Creación, de lo no manifestado a lo manifestado. Pero aquí está ocurriendo lo contrario. Un yogui con suficiente dominio de los cinco elementos puede hacer eso con su cuerpo.

Ha habido muchos yoguis así. Cuando se van, algunas personas dejan cenizas, pero muchas veces todo lo que queda es un pequeño charco de agua. ¿Cómo se hace esto? Esencialmente, este cuerpo es un juego de cinco elementos: 72 por ciento de él es agua, 12 por ciento es tierra, 6 por ciento es aire, 4 por ciento

es fuego y el resto es aakash. Con aakash, no tienes que hacer nada.

Si sabes cómo desmaterializar estas otras cosas, especialmente la tierra, te evaporarás aquí mismo. Estas personas desmaterializan el agua también, pero como es una parte más grande de tu cuerpo, generalmente queda algo de ella. Una pequeña falta de perfección, eso es todo. Esto ha sucedido con muchos de nuestros meditadores que tienen Linga Bhairavi Yantras en sus hogares.

En algunos días, por la mañana, encuentran un charco de agua cerca del Yantra. La noche anterior habrían limpiado todo y encendido una lámpara y todo eso, pero por la mañana, hay un charco de agua allí.

No hay nada de qué preocuparse. Esto es porque algún ser desencarnado ha usado el Yantra para disolver completamente su cuerpo kármico y, en el proceso, queda algo de agua. Está perfectamente bien.

También hay algunos casos en la historia reciente donde se han reportado tales desmaterializaciones. En el año 1873, un santo tamil llamado Ramalinga Adigal, conocido popularmente como Vallalar, dio su último discurso y anunció que se iría. En enero de 1874, fue a su residencia de una habitación. Antes de retirarse, colocó afuera la lámpara que había usado para iluminar su habitación, y pidió a la gente que meditara con lámparas encendidas con esa lámpara. Solicitó que nadie abriera su habitación, y que si lo hacían, no lo encontrarían allí. El entonces gobierno británico forzó la apertura de la habitación en mayo y, como era de esperar, la habitación estaba vacía. Hay muchos casos como este donde santos y yoguis han elegido no molestar a las personas con sus cuerpos.

Otro incidente de este tipo se supone que ocurrió tan recientemente como en 1952 en el Tíbet. Había un Maestro famoso llamado Sonam Namgyal. Era un simple tallador de piedra de mantras y textos sagrados. No pertenecía a ninguna escuela espiritual o tradición establecida. Compuso sus propias canciones y cantos y los cantaba en lugar de los tradicionales. Nadie tenía idea de lo que estaba haciendo. Dicen que había sido cazador en su juventud y una vez, cuando vagaba por las montañas, recibió enseñanzas de un gran Maestro. Una vez, enfermó y, en lugar de entristecerse o sentirse agobiado por ello, se volvió cada vez más feliz. Llamó a su familia y a todos los cercanos y dijo: ‘Voy a morir pronto, y todo lo que pido es que cuando muera, no muevan mi cuerpo durante una semana. Pueden atenderlo después de eso’.

Como predijo, murió dentro de unas pocas semanas y, después de eso, su familia envolvió su cuerpo y lo colocó en una pequeña habitación en la casa. En ese momento, sintieron que parecía más liviano y pequeño para su tamaño. Durante la semana, cuando miraban dentro de la habitación, parecía que el cuerpo se estaba volviendo cada vez más pequeño. En el octavo día después de su muerte, se había arreglado el funeral, y cuando descubrieron el cuerpo, no había nada más que sus uñas y cabello. Debe haber vagado por la India y aprendido esto de los yoguis del Himalaya en algún momento porque esto es claramente el sello distintivo de los yoguis indios.

La desmaterialización del cuerpo también se puede hacer a través de procesos ocultos. Ha sido una práctica durante siglos, particularmente en las tribus de América del Norte. Una vez, en Mysore, vi que esto sucedió. Estaba montando mi motocicleta y me detuve en algún lugar sin ninguna razón. Era por la tarde y de repente este hombre con barba apareció frente a mí, solo con una toalla envuelta alrededor de su cintura. Lo miré y se convirtió en una llama, solo una llama ardiente. Ardió durante diez minutos y luego, *¡poof!*, se fue. Luego este tipo comenzó a aparecerme de muchas maneras, durante un cierto período. Intentaba ofrecerle algo de dinero y, *¡poof!*, desaparecía así de rápido.

Sucedió otra vez también cuando estábamos preparando la consagración del Dhyanalinga. Esto fue nuevamente en Mysore. Un amigo mío había abierto una nueva tienda de relojes y me había pedido que la visitara. Vijji y yo decidimos ir allí un día. Estacioné el coche y estábamos cruzando la carretera. Cuando estábamos a punto de entrar en la tienda, se nos acercó un hombre. También llevaba solo una pequeña pieza de tela alrededor de su cintura. Se acercó y pidió limosna. Lo miré y supe inmediatamente que no era un mendigo. Así que saqué mi billetera, saqué todo el dinero que había allí y se lo puse en la mano. [7] Ni siquiera vi cuánto dinero había allí. Simplemente lo tomé todo y lo coloqué en su mano. Al momento siguiente, se había ido, desapareció así de rápido.

Vijji, quien vio todo esto, quedó atónita. Se aterrorizó tanto que no pudo dormir durante unos días. No pudo digerir que este hombre estaba allí parado y luego desapareció, así de rápido. No perseguí esto.

Lamenté haberme quedado con la billetera: debería haberle dado todo a él.

Tenía algunas cosas aparte de dinero en ella, así que la mantuve.

Estas son personas que han dominado un cierto elemento. Existen como tal. Su manifestación como un cuerpo físico probablemente no está totalmente bajo su control y no pueden permanecer de esa manera por mucho tiempo. Es por eso que es una manifestación momentánea y luego se va. Así que ya sea a través del dominio de los elementos, o a través del *Vamachara*, las personas pueden lograr tales cosas.

C A P Í T U L O 8

Asistencia para los Desencarnados

Así como tenemos responsabilidades para los vivos, tenemos responsabilidades para los muertos.

Por qué se Necesitan los Rituales Post Mortem

Anteriormente, 1 ya vimos que cuando una persona muere, la energía vital no abandona el cuerpo de una vez. Para todos los efectos prácticos, uno puede estar muerto, pero si eres un doctor que ha visto suficientes muertes a tu alrededor o si eres un funerario, sabrías que la muerte es un proceso que ocurre durante un período de tiempo y no un evento que ocurre instantáneamente.

Esto se debe a que, durante el proceso de desencarnación, los Pancha Pranas no salen todos a la vez sino que se retiran en etapas. Es así, no naciste de un día para otro. Tomó un poco más de nueve meses antes de que pudieras convertirte en una vida completa. De manera similar, incluso la salida de uno no ocurre así de rápido. La vida abandona el cuerpo en etapas. Por lo general, una persona que está muriendo puede necesitar algo de ayuda en esta etapa. Todos mueren, y en algún momento de nuestra vida, todos perderemos a alguien que nos es querido. Así que definitivamente nos gustaría ver que algo bueno les suceda.

Supongamos que vives en una casa alquilada y tu arrendador te pide que la desocupes. Te mudas, pero en partes. Puedes llevarte tus muebles, pero dejar tus cosas de cocina; puedes llevarte tus cosas de cocina pero dejar tu ropa de cama, porque aún no has terminado con el lugar, quieres seguir regresando y mantenerte conectado a la casa. Cuando el arrendador vea esto, tirará todo afuera. De alguna manera, eso es exactamente lo que debe hacerse contigo.

Si es un yogui que ha trabajado lo suficiente en sus cinco vayus, cuando se van, recogerán todo y se irán. No quieren quedarse con una criatura muerta, así que cuando desocupan, lo hacen completamente.

Esta es una buena manera de irse, pero para irse así, uno necesita cierta

maestría sobre sus energías. Si una persona se va así, no hay necesidad de hacer ningún ritual porque ya ha salido completamente. Pero si no sabes cómo desocupar, si estás demasiado apegado a la morada en la que has estado y tratas de desocupar en cuotas, alguien más puede empujarte un poco.

Este proceso puede hacerse muy eficazmente dentro de los primeros tres a cinco días después de la muerte. Hasta los once días, la posibilidad sigue siendo bastante buena.

Hasta catorce días, es posible, pero después de eso se vuelve difícil. Si el que ha muerto es muy joven o todavía muy vibrante después de haber dejado el cuerpo, entonces es posible hacer algo hasta cuarenta o cuarenta y ocho días. Después de eso, nuestra capacidad de acceder a ese ser desencarnado disminuye.

Cuando todavía están confundidos y en un estado transitorio, son más accesibles. Es como cuando tienes un gran problema real que te confunde en tu vida, entonces vienes a mí y suplicas: 'Sadhguru, por favor haz algo'. Ahora, eres fácil de tratar en ese momento. Pero cuando estás haciendo un poco bien y en comodidad, ¡nadie puede hablar contigo! Estos seres también son así. En catorce días, se acomodarán en sus nuevos alojamientos y será un poco difícil convencerlos después de eso.

Además, si haces ciertas cosas y desmantelas el Vyana Vayu, que está saliendo del sistema físico, el cuerpo sutil no obtendrá el Vyana Vayu que necesita para preservarse. Así que comenzará a desmoronarse.

Incluso ahora, si removemos el Vyana Vayu de tu cuerpo, se desmoronará.

El cuerpo comenzará a desmantelarse. Cuando se elimina el Vyana Vayu o se limita la cantidad de Vyana Vayu que entra en ese sistema después de la muerte, la calidad de preservación desaparece. Ahora, se vuelve desesperado por buscar un nuevo cuerpo. Así que estos rituales interfieren con el proceso de salida del Vyana Vayu del cuerpo y no le permiten avanzar más.

Ahora, es casi como si hubieran ido a un nuevo lugar o un nuevo país pero aún no tienen una identificación. Entonces no pueden encontrar alojamiento, ni pueden ir a ningún lado. Comenzarán a desmoronarse.

Los rituales de muerte no son solo para ayudar al difunto en su viaje, también son para el beneficio de los que quedan, porque si esta persona que muere deja mucha vida sin resolver a nuestro alrededor, nuestras vidas no serán buenas. No es que los fantasmas vengan y te atrapen. Pero influirá en el ambiente. Influirá en los que están alrededor, psicológicamente.

También influirá en la calidad de vida alrededor. Esta es la razón por la cual cada cultura en el mundo tiene su propio tipo de rituales para los muertos. En general, mucho de esto es para resolver ciertos factores psicológicos de los seres queridos. De alguna manera, tenían cierta relevancia y ciencia detrás de ellos también. Pero, probablemente, ninguna otra cultura tiene métodos tan elaborados como los indios. Nadie ha mirado la muerte con el tipo de comprensión y profundidad que esta cultura tiene. Desde el momento en que ocurre la muerte, o incluso antes de que ocurra, hay sistemas completos para ayudar a una persona a morir de la manera más beneficiosa. Habiendo mirado la vida desde todos los ángulos posibles, quieren extraer lo máximo de todo hacia la Liberación o mukti. Si la muerte va a ocurrir, quieren hacer uso incluso de eso para alcanzar el mukti, de alguna manera. Así que crearon rituales poderosos para los moribundos y para los muertos.

Hoy en día, estos rituales se han vuelto aún más importantes porque casi todas las personas en el planeta están comenzando a morir en la inconsciencia, sin la comprensión necesaria del mecanismo de la vida dentro de sí mismos. En los viejos tiempos, la mayoría de las personas morían de infecciones y enfermedades. Así que la gente creó toda una ciencia para ayudarles más allá de su cuerpo. Cuando estaban en el cuerpo, tal vez las personas alrededor no podían entender cuál era la dolencia o la persona no recibió el tratamiento necesario o algo más sucedió y murieron. Así que al menos después de su muerte, querían ayudarlos de tal manera que no permanecieran por mucho tiempo y se disolvieran rápidamente. Así es como evolucionó toda la ciencia detrás de estos rituales. Desafortunadamente, hoy en día, se ha convertido en gran medida en un ritual sin sentido realizado sin la comprensión o experiencia necesaria.

Cuando no cuidamos adecuadamente a los muertos, los adolescentes en esa sociedad sufrirán inmensamente por esto. Lo primero a lo que se dirigen estos seres desencarnados es a la vida adolescente porque es la vida humana más fácil y vulnerable que hay. La adolescencia es como una versión humana de la muda, donde el crecimiento es muy rápido, no solo fisiológicamente sino de todas las formas. Debido a esto, durante este período, la vida es muy susceptible a la influencia.

Si hay alguna energía positiva o negativa alrededor, los adolescentes son las primeras personas en absorberla.

Entre los adolescentes, las niñas son aún más susceptibles a estas cosas que los niños. Pero los niños preadolescentes, hasta los ocho a diez años de

edad, generalmente son inmunes a estas cosas. La naturaleza les ha dado esa protección, por lo que no tienes que protegerlos mucho. Principalmente, son los niños entre diez y veinte años de edad los que pueden verse afectados. Cuando digo afectados, no me refiero a sus cosas hormonales o a que se pierdan con el alcohol y las drogas. Eso también puede suceder, pero hay otros tipos de influencias a las que pueden estar sometidos. Hoy en día, puedes ver cuánta agitación están pasando los niños solo para enfrentar la adolescencia. En las generaciones anteriores, la adolescencia nunca fue una lucha así. Una razón para esto es que no estamos cuidando adecuadamente a los que han partido. Es como software suelto colgando y la vida adolescente naturalmente se enreda con eso. Así que, ya sea por conocimiento consciente o por instinto, las personas en todas las culturas intentaron de alguna manera crear atmósferas protectoras para los adolescentes.

Muchas tradiciones siempre han mantenido los lugares de sus muertos como sagrados, y las mujeres y los niños nunca se les permitía entrar en esos espacios. Ya sea en los mayas, los nativos americanos o la gente de América Latina,

no se permitía a las mujeres y los niños en estos lugares. En India, por supuesto, había pautas elaboradas para estos lugares sobre quién podía ir y cuándo y todo eso. Esto no es solo por razones psicológicas. Esto tiene un impacto existencial en el sistema y aquellos que son más vulnerables se verán más afectados por estas cosas. Así que en esta cultura, después de que el cuerpo fue dispuesto, había procesos elaborados para limpiar a la persona también.

Desafortunadamente, con el tiempo, las personas distorsionaron y exageraron las cosas de tal manera que estos rituales se han convertido en gran medida en comerciales, con algún tipo de circo ritualista siendo llevado a cabo. Todavía hay algunos que pueden hacerlo bien, pero se han vuelto muy escasos. Para algunas personas, esto es una potencial fuente de negocio perpetuo, porque sea cual sea el estado de la economía, la gente seguirá muriendo. Así que cuando hay tal oportunidad, simplemente no pueden dejarla pasar. El espíritu empresarial cobra vida, sin siquiera dejar a los muertos.

Runanubandha—La Red de Deuda

Si quieres entender cómo los muertos pueden afectar nuestras vidas, primero debes entender qué es el runanubandha. Es así: se necesitan

muchas cosas para hacer que un ser humano individual sea quien es. De estos, el aspecto del vínculo es de gran importancia. Sin embargo, las sociedades modernas lo han descuidado enormemente. Con todo lo que nuestros cinco órganos sensoriales tocan, de alguna manera, consciente o inconscientemente, consciente o inconscientemente, establecemos un cierto vínculo con ello. Esto no es solo con las personas a nuestro alrededor, sino también con la tierra misma sobre la que caminamos, el aire que respiramos y casi todo lo que vemos, oímos, olemos, saboreamos y tocamos. Esto se debe a que ninguna de estas cosas sucede sin invertir una cierta cantidad de energía en ello. No puedes ver algo a menos que inviertas algo de energía en ello. No puedes realmente escuchar algo a menos que inviertas algo de energía en ello. No puedes saborear o tocar nada a menos que algo de ti esté invertido. Con esta inversión viene un vínculo. En términos tradicionales, esto se llama runanubandha.

El runanubandha existe porque el cuerpo tiene su propia memoria. Es un cierto tipo de memoria física que llevas dentro de ti. Es diferente de los factores genéticos que se transmiten de padre a hijo. Adquieres runanubandha a lo largo de la vida de muchas maneras. Una forma común es a través del contacto físico. El cuerpo recuerda cualquier tipo de intimidad que tengas con cualquier sustancia física. Esta es la razón por la cual, tradicionalmente, en India, las personas se saludan con las manos juntas porque no quieren adquirir ese runanubandha extra que puede crear ataduras e impedir su proceso de Liberación. El contacto con ciertos tipos de sustancias también tiene más impacto que otros.

En India, las personas tradicionales nunca toman ciertas sustancias como sal, semillas de sésamo o aceite de las manos de otra persona porque quieren evitar desarrollar runanubandha. Si solo usas la ropa de otra persona, podrías desarrollar runanubandha. En el Centro de Yoga, todos los brahmacharis lavan su ropa por separado. Esto se debe a que todos están haciendo sadhana y cada uno tiene sus propias características específicas.

No queremos que todo se mezcle. Otra forma de prevenir una mezcla es recubrir la ropa con tierra en cada lavado. Los sadhus y sanyasis siempre usan tierra roja finamente tamizada para teñir su ropa. La ropa es originalmente blanca, pero como se lava constantemente con

tierra filtrada,

se vuelve de color barro. Esto es para asegurar que el único runanubandha que tengan sea con la Tierra, no con las personas o cosas a su alrededor.

Otra forma de desarrollar runanubandha es a través de las relaciones.

Incluso si solo tomas la mano de alguien, desarrollas runanubandha. De todas las relaciones, las relaciones sexuales tienen el máximo impacto en términos de la cantidad de memoria que dejan en ti, en comparación con cualquier otro tipo de sustancia con la que entras en contacto.

Esto no es una cuestión de culpa o de liberarte de la culpa. La culpa es un fenómeno social. De lo que te sientes culpable esencialmente depende de las normas de la sociedad en la que vives. Si te sientes culpable por algo en una sociedad, puede que no te sientas culpable por lo mismo en otra sociedad.

Esto no se trata de condicionamiento social, es una realidad existencial.

Dado que la cultura india está esencialmente orientada hacia la Liberación, las personas se tomaron enormes molestias para asegurarse de que mantuvieran su runanubandha solo en la medida absolutamente necesaria cuando estaban vivos. Cuando estaban físicamente presentes aquí, debido a que las personas tenían una variedad de relaciones—sangre, sexuales o transaccionales—se producía una cierta semejanza física. Así que había un runanubandha con la persona. Cuando la persona moría, se hacían esfuerzos para obliterar el runanubandha con esta persona tanto como fuera posible. Así de consciente ha sido la cultura.

Debes romper esta relación con la persona muerta para que puedas vivir bien, porque la naturaleza de la vida es tal que a veces puedes volverte susceptible; entonces tanto las cosas correctas como las incorrectas pueden entrar en ti. Si este runanubandha no se rompe adecuadamente, como se puede ver que sucede en las sociedades modernas, definitivamente afectará tu estructura fisiológica. Debilita tu cuerpo y tu estructura psicológica de tal manera que no solo sufrirás de tristeza, también llevará a cierto trastorno de la vida. Esta es la razón por la cual la cultura india desarrolló muchos métodos en los rituales que se realizaban después de la muerte para disolver conscientemente el runanubandha.

Kalabhairava Karma—Un Ritual Después de la Muerte

Ritual en Isha

Durante mucho tiempo, solíamos brindar este servicio para los muertos, personalmente, para las personas que se acercaban a nosotros. Si en el instante en que una persona moría, alguien me enviaba su foto, había algo que yo podía hacer por ellos en los primeros tres días después de la muerte. A veces podíamos hacer mucho, a veces solo un poco. A veces podíamos incluso hacer un trabajo absoluto dependiendo de quién fuera. No les decíamos lo que habíamos hecho, pero hacíamos algo seguro. Hasta ahora, hemos hecho esto para miles de personas. Pero a medida que aumentaba el número de estas solicitudes, pensamos que este servicio debía ampliarse. Ahora, en el Centro de Yoga, hacemos un ritual adecuado llamado Kalabhairava Karma. Esto ayudará y asistirá enormemente en el viaje que este ser fallecido tiene que emprender ahora. Todo lo que se necesita es una fotografía de la persona fallecida y una pieza de ropa usada por ellos. Sería bueno si los familiares consanguíneos de esta persona estuvieran presentes mientras se realiza el ritual en el Centro de Yoga.

Entonces, ¿cómo es posible que con solo una fotografía y una pieza de ropa podamos asistir a la persona que ha muerto en su viaje? Una forma de entender la vida es que todo lo que conoces como vida en este momento es de alguna manera una impresión de una cierta memoria. Ahora, cuando digo memoria, no me refiero solo a recordar algo en la mente consciente.

Va más allá de eso. Estás en forma humana, con dos manos, dos piernas y todo eso debido a la Memoria Evolutiva. En esta forma humana, hay manifestaciones específicas como el color de la piel, la forma de la nariz, la forma de los ojos, etc., debido a la Memoria Genética. Incluso cuando estas cosas son iguales o similares, cada ser humano es diferente de alguna manera debido a la Memoria Kármica individual. Hay capas y capas de memorias como esta. Ahora, estas memorias están presentes en la mente, el cuerpo y las energías de una persona y se manifiestan de muchas maneras.

Esencialmente, lo que llamas ‘vidas individuales’ son estas pequeñas burbujas de memoria: diferentes niveles de memoria que se han convertido en diferentes tipos de criaturas. De estas criaturas, un ser humano tiene la memoria más compleja. Debido a la complejidad de la memoria, se ha producido la mejora de las habilidades y también el aumento del sufrimiento. Otras criaturas no sufren su memoria como

los seres humanos.

A veces sufren una memoria singular. Algunas aves y animales sufren una memoria particular: tal vez su compañero murió o tal vez ocurrió otra cosa

y se deprimen. Solo recuerdan esa cosa y sufren por eso. Pero un ser humano no es así. Él o ella puede recordar un millón de pequeñas cosas y sufrir un millón de veces, porque la memoria humana es muy detallada y tiene una viveza que parece más real que lo real. Para la mayoría de las personas, lo que ocurrió ayer es más real que lo que está ocurriendo ahora mismo. Esa es su experiencia de la vida. Viven de la memoria.

Cuando vives de la memoria, vives con un pie en la tierra de los muertos y otro en la tierra de los vivos. ¡Eso es tortura!

Si quieres verlo de una manera muy rudimentaria, digamos que caminaste por tu jardín. Ahora, si traes un perro rastreador, solo con oler el suelo, sabrá por dónde fuiste. Pueden hacer esto hasta por tres o cuatro días, a veces incluso más, si no ha habido disturbios. Esto se debe a que dejas charcos de memoria cuando caminas, ya que nuestro aroma individual es una consecuencia de la naturaleza única de nuestra estructura de memoria compleja. Por eso un perro puede rastrearlo. Así que, si con solo unos pocos momentos de tu contacto con el suelo dejas charcos de memoria para que una criatura como un perro los detecte, ¿imaginas cuánta memoria dejas atrás a lo largo de tu vida? ¿Cuánta memoria crees que llevan la ropa que usaste, los lugares en los que te sentaste, los lugares en los que dormiste, los objetos con los que estuviste en contacto y otras cosas similares?

Una vez que una persona ha muerto, en la cultura india, siempre queremos borrar el runanubandha porque sabemos que ayer tiene su propio poder. Si no te liberas de él, el ayer gobernará tu mañana.

Que el ayer gobierne tu mañana significa que el mañana nunca llega. Alguien dijo esto con mucha fuerza: ‘Deja a los muertos con los muertos’. Dejar a los muertos con los muertos no significa ignorar a los que murieron. Simplemente significa que lo que ocurrió ayer, lo que ocurrió en el momento anterior, debes ser siempre consciente de que está muerto. Después de que una persona muere, tal vez han alcanzado la mukti o han ido a otro lugar, no lo sabemos, pero ya sea porque naciste de ellos o estuviste en contacto con ellos de alguna manera, sus impresiones de memoria están en ti. Estas impresiones no están solo en tu mente, sino también en tu cuerpo y

energías también. Así que un aspecto importante de los rituales de muerte es que debes liberarte de esto, es muy importante.

Liberarse de la memoria y perder la memoria son dos cosas diferentes. Si pierdes tu Memoria Consciente, tal vez ya no los recuerdes, pero no significa que te hayas liberado de ello. Esto empezará a trabajar dentro de ti de muchas maneras inconscientes. Por lo tanto, queremos distanciarnos de nuestra memoria. No queremos perderla; solo queremos llevarla un poco suelta sobre nosotros. Eso es todo. Así que con estos rituales de muerte, haces algunas cosas para liberar al fallecido, pero también es importante liberar a los vivos. Debe haber algo de distancia.

Si hay demasiados charcos de memoria fuerte, también molestará a los muertos. Los parientes cercanos, particularmente si tenían relaciones muy amorosas con ellos, molestarán a los muertos. Por eso, en esta cultura, cuando alguien quería morir, se iba a un lugar donde no estaba entre la familia. No quieres estar con tu familia cuando mueres porque, hasta el último momento, estos apegos continuarán. Quieres estar lejos, solo, entendiendo claramente que todas las relaciones que hemos hecho en este mundo son esencialmente de memoria. Una vez que estas memorias se borran, no existe ninguna relación. Ahora es fácil establecer esa dimensión dentro de nosotros, volverse consciente de esa dimensión que está más allá de la memoria, que es la vida misma. Así que para el fallecido, queremos borrar tanta memoria como sea posible para que su proceso de Liberación sea más suave, más fácil, no enredado aquí y allá.

El decimocuarto día después de que una persona ha muerto es un día importante para hacer los rituales para los muertos. Este es el día en que todos los parientes consanguíneos de la persona que ha muerto deben reunirse y realizar algunos rituales. En una ocasión así, en entornos tradicionales, verás a los parientes de la persona fallecida tomando cuenta de quién ha venido y quién no. Llevan un registro si todos han venido porque estas son personas que tienen fuertes recuerdos, o runanubandha, con la persona que ha muerto. Tienen que venir y de alguna manera lavar su memoria y liberar a la persona. Durante catorce días habrán recogido todos los pequeños pedazos de recuerdos que esta persona dejó atrás; ahora, quieren reunir todo y disolverlo. Esta memoria residual no debe vivir; debe irse, disolverse de todas las formas posibles. Así que todos los que llevan una pieza deben estar allí.

Esos días en que todo el clan se reunía cuando alguien moría han pasado. En las condiciones actuales, esto ya no es factible. Solo una o

dos personas vienen para el Kalabhairava Karma. Además, se quejan, '¿Tengo que venir? ¿Puedo enviarlo por DHL? ¿Puedo enviarlo por FedEx?' No sabemos dónde están atrapados todos los recuerdos de la persona que murió. Así que hacemos lo mejor que podemos. En tales casos, una cosa simple que hacer es tomar una bocanada de su memoria y ponerla en un lugar que esté naturalmente relacionado con el desenredo. Normalmente, lo atan frente a un templo de Shiva porque él es un asceta, no tocado por nada, siempre cubierto de ceniza.

Así que con el Kalabhairava Karma, usamos una fotografía de la persona fallecida y una pieza de ropa que estuvo en contacto cercano con su cuerpo. Ambos artículos tendrán fuertes impresiones de las memorias de la persona.

Ahora, hacemos un proceso para disolver la mayor cantidad posible de esta memoria.

Lo que no es posible, déjalo a Shiva. No queremos poner estos artículos en el Dhyanalinga, así que los quemamos y atamos las cenizas en un paño al árbol de tamarindo fuera de la entrada del Dhyanalinga para cuidar lo que quede.

El Kalabhairava Karma no es un proceso de cavar y limpiar. Solo limpiamos la superficie para que nada se mantenga en la medida de lo posible. Para la mayoría de los casos, esto mismo es suficiente. No es bueno poner un número a estas cosas, pero es solo mi suposición que tal vez alrededor del 10-15

por ciento de las personas necesitarían procesos muy fuertes para liberarlos.

Para otro 60-70 por ciento, puedes liberarlos con un proceso muy simple como el Kalabhairava Karma. Para otro 10-15 por ciento que está en el medio, si colocas algún residuo de esa persona en un espacio poderoso, que estamos haciendo, hará el trabajo.

Si queremos hacer una limpieza total y completa, que a veces puede ser necesaria, requerirá un nivel diferente de involucramiento de ambas partes: la persona que realiza el ritual y los parientes del fallecido. Esto se complica. Requerirá un nivel mucho más alto de involucramiento y no siempre resulta bien. En caso de que no resulte bien, podría ser una perturbación innecesaria de la vida para los que están vivos. Realmente no queremos revolverlo, así que solo limpiamos

todo lo que está en la superficie. Esto es lo que hace el Kalabhairava Karma.

(Kalabhairava Shanti, 2 por otro lado, es principalmente para las personas que están vivas, pero a veces también es para los muertos). Ahora, si un pariente cercano que lleva una memoria muy fuerte de esa persona viene y pasa suficiente tiempo en el Dhyanalinga, incluso si no hay ritual, aún puede funcionar para esa persona fallecida. Esto no se debe al Kalabhairava Karma, esta es la naturaleza del lugar. Incluso cuando estamos vivos, cuando decimos que el Dhyanalinga te hará meditativo, lo que queremos decir es que detendrá la diarrea mental interminable que ocurre en una persona. Cuando la diarrea mental se detiene, significa que la memoria que está en proceso de descomposición se reduce. Ahora, si no hay comida en el estómago, no habrá diarrea, ¿verdad? De manera similar, si no hay memoria descomponiéndose dentro, no habrá proceso de pensamiento, se desarrolla una distancia de ti mismo.

El Dhyanalinga no se preocupa si estás vivo o muerto. Todo lo que sabe es separar la paja del grano. Quiere separar lo que eres de lo que no eres. No le importa si tienes un cuerpo o no. Así que, si los parientes que llevan una memoria lo suficientemente fuerte de la persona fallecida pasan suficiente tiempo en el Dhyanalinga, digamos, dos o tres días alrededor de la luna llena o los días de luna nueva, podría funcionar bien para la persona que murió.

El Alcance del Kalabhairava Karma

En general, en todo el mundo, cuando se realizan estos rituales después de la muerte, hay dos componentes en ellos: uno es manejar las emociones de los que quedaron atrás y el otro es dirigir al ser fallecido de manera adecuada. Así que, en algunas culturas, se leían en voz alta algunas escrituras para dar a las personas una comprensión de lo que estaba sucediendo, para aliviar sus miedos y asegurarles que todo estaba bien. También había algunos cánticos y rituales realizados para calmar sus emociones. En algunas culturas, había alguien leyendo en voz alta sobre lo que le estaba sucediendo a esta persona y alentándola a ser valiente y avanzar a la siguiente etapa, y así sucesivamente. Pero una vez que dejas el cuerpo físico, no tienes la mente discriminatoria, por lo que no hay comprensión de

lenguaje. Y no hay sonido ni silencio. Así que no hay cuestión de que esta persona entienda esto o aquello. Eso es para los vivos. Con los rituales, puedes atraer al ser a algo, puedes dirigir al ser en una dirección particular, pero no puedes hablar con él.

El alcance de lo que se puede hacer con estos rituales es más amplio. Por ejemplo, hay personas que dirigen a estos seres a renacer específicamente en una familia rica o en la misma familia o en una familia real. Tales cosas se pueden hacer, pero es ridículo porque no hay garantía de que solo porque uno nazca en una familia rica, vaya a vivir bien. Hay demasiadas complejidades en la vida que deciden eso.

Además, ese tipo de manipulaciones no son buenas de hacer. No funcionan bien para esa vida. Lo mejor es hacer que esa 'burbuja de vida'

sea más delgada y dejarla. Encontrará su propio camino a un lugar mejor. Así que personalmente solo me interesa pelar esa vida tanto como sea posible.

Si es posible, hasta el final, pero al menos tanto como puedas hacerla una burbuja más delgada de lo que es. Lo que sucederá, cómo renacerá, no es algo de lo que debas preocuparte.

Digamos que hay un viento soplando. Dependiendo de lo ligera que sea una cierta sustancia, aterrizará en algún lugar. Un trozo de papel o una pluma pueden ir lejos, pero una ramita o una rama pueden caer justo un poco lejos de ti.

A veces, si el peso y la forma son correctos, entonces la pluma puede viajar y no aterrizar durante meses juntos. Lo importante es hacerla ligera. Qué tan lejos volará, qué le sucederá, dónde aterrizará, etc., está sujeto a la vida. Es algo que no intentas dirigir porque ese tipo de manipulaciones pueden llevar a muchos problemas. Ahora, una vez que alguien ha muerto, la gente está muy interesada en saber dónde está la persona fallecida, en el cielo o el infierno o lo que sea. Algunas personas dicen que pueden decirte eso. Puedes determinar si un ser está cómodo o en lucha. En consecuencia, puedes hacer ciertos rituales para ese ser. Esto es posible, pero determinar geográficamente dónde está es una tontería porque no hay un 'dónde geográfico'.

Si el Kalabhairava Karma se realiza dentro del tiempo estipulado, encontrará su objetivo. Si se hace más tarde, puede que no sea tan efectivo. Pero definitivamente acortará el tiempo que la vida solo cuelga. Reduce el tiempo de limbo, seguro. ¿Por cuánto? Esto depende de cada ser. Si vuelves a la

analogía de la burbuja, 3 depende de qué tan grande sea la burbuja y qué tan delgada sea la piel de la burbuja. Pero si se hace dentro de los once a catorce días, la desmantelamos en gran medida. Si quieres

llevar la analogía de la burbuja más allá, después de haber perdido el cuerpo, por sí sola, la burbuja puede flotar durante mucho tiempo. Seguirá flotando porque no quiere perderse a sí misma. Pero una vez que se hace el Kalabhairava Karma, ocurrirá un ciclo rápido.

Kalabhairava Karma no solo acorta el tiempo de espera, sino que también hace que el viaje sea más agradable.

¿Podemos liberar a las personas con estos rituales? Entonces, ¿podemos dar a alguien Mahasamadhi a través del Kalabhairava Karma? Es posible, pero no siempre. Hay varios aspectos en ello. A menos que esa burbuja ya sea tan delgada, no es necesariamente un Mahasamadhi. Si hay un ser que es una burbuja tan grande pero de alguna manera no pudo estallar por su propia naturaleza, el Kalabhairava Karma puede estallarla y podría convertirse en Mahasamadhi.

Pero de lo contrario, hace que la burbuja sea muy delgada y frágil, de modo que querrá encontrar un cuerpo físico rápidamente porque no puede durar mucho por sí misma.

En cualquier caso, definitivamente podemos acelerar su viaje.

Si quieres hacer Kalabhairava Karma para ti mismo cuando estás vivo, se convierte en Kalabhairava Kriya. Básicamente, el Kalabhairava Karma se realiza para que después de que mueras, limpiemos partes de tu vida que están pegadas aquí y allá. El Kalabhairava Karma se te hace porque no eres un yogui y no puedes hacer la limpieza tú mismo. Un yogui se retirará al bosque y morirá solo en algún lugar del bosque porque ha hecho todo lo que necesita hacer para su vida. Nadie tiene que hacer nada por él después. Todo está terminado. No se necesita Kalabhairava Karma. Cuando se va, es una evacuación completa del espacio que ocupó. Si no tienes ese tipo de dominio sobre tus energías, podrías hacer Kalabhairava Kriya. Se puede enseñar a las personas, pero necesitará un sentido extremo de disciplina sobre quién eres y cómo manejas tus energías y sistema.

Una vez sucedió: un cirujano cardíaco tuvo problemas con su coche, así que lo llevó al mecánico. El mecánico dijo que estaría arreglado en veinticuatro horas. Al día siguiente, cuando el cirujano fue a recoger el coche, no estaba listo y no hubo una respuesta responsable para el

retraso. Pasaron seis días así y, cada día, el mecánico le pedía que viniera al día siguiente. Después de una semana de esto, el cirujano le preguntó al mecánico, '¿Por qué me haces esto? Necesito ir a trabajar,

tengo cosas que hacer y no tengo coche.' Así que el mecánico se pavoneó un poco y dijo, 'Bueno, tú eres un cirujano cardíaco. ¿Qué haces? Arreglas los motores, igual que yo. Pero, ¿por qué te pagan cincuenta veces más que a mí?' El cirujano cardíaco entonces se dio cuenta de cuál era el problema. Dijo, 'Arreglo los motores cuando están en funcionamiento. ¿Puedes tú?' Kalabhairava Kriya es así.

Hacer algo para los fallecidos es una cosa. Hacer lo mismo con uno mismo, cuando el motor está en funcionamiento, es otra cosa. Si quieres liberar esta cosa cuando aún está en funcionamiento, se necesita un nivel diferente de disciplina. Si muestras tal disciplina en todo lo que haces con tu vida—que no eres torpe, estás alerta a cada pequeña cosa, entonces puedes hacer Kalabhairava Kriya. Después de eso, cuando te vayas, nadie tendrá que hacer nada por ti. Definitivamente será una gran cosa hacer en la vida de uno, una cosa fantástica para uno mismo. Pero necesitará un sentido de disciplina, que es un material muy escaso en el mundo de hoy.

Tradicionalmente, decían que si haces Kalabhairava Kriya para ti mismo, entonces no puedes volver a tu hogar o al pueblo y vivir una vida social.

Tienes que vivir el resto de tu vida lejos de cualquier comunidad, como un paria. No es que esta persona sea un paria. Simplemente ya no pertenecen allí porque han creado una distancia genética. No tienen nada que ver con la familia o la comunidad porque ya ha terminado para ellos. Puedes crear una distancia tal que incluso las características fisiológicas fundamentales de tu sistema pueden cambiar. Se puede hacer.

Una vez que comenzamos a realizar Kalabhairava Karma en el Centro de Yoga, la gente empezó a preguntar si podían hacer Kalabhairava Karma para sus perros o gatos también. ¡Por favor! No hay necesidad de eso. Existencialmente, una diferencia fundamental entre la vida animal y la vida vegetal es que una planta no tiene un cuerpo sutil. Hay mucha reverberación en ella, pero no hay cuerpo sutil para una planta. Una planta puede acumular un aura alrededor de sí misma.

Ciertos árboles o plantas acumulan mucho más que otros, por lo que esas plantas y árboles han sido identificados como plantas sagradas en India, ya que queremos beneficiarnos

de estar cerca de ellos. Pero las plantas no lo generan, porque no tienen un cuerpo sutil.

Todos los rituales realizados después de la muerte son para transportar el cuerpo sutil al lugar correcto. Cuando el cuerpo sutil no está bien definido, no hay necesidad de hacer nada ni tampoco es posible hacer algo. Un animal tiene un cuerpo sutil, pero excepto en el caso de las vacas y las cobras, no está muy definido ni muy evolucionado. Así que generalmente ignoramos el cuerpo sutil de todos los demás animales. El cuerpo sutil de esos animales puede fusionarse y mezclarse fácilmente con la naturaleza, no se transporta realmente.

Las vacas y las cobras son diferentes porque tienen un cuerpo sutil más evolucionado. El cuerpo sutil de la vaca ha evolucionado a través de la competencia emocional. Si observas a una vaca, verás que es capaz de una gama de emociones. A veces es casi como un ser humano. Así que eso les da un cuerpo sutil. Por otro lado, el cuerpo sutil de la cobra ha evolucionado a través de la agudeza de la percepción de la reverberación. La mayoría de las serpientes son 'sordas como una piedra', pero logran escuchar a través de toda la longitud de su cuerpo. Realmente es una audición de 'oído en el suelo', lo cual es fenomenal.

A partir de esta habilidad, también han desarrollado un cuerpo sutil. Así que tiene cierto sentido intentar hacer algo por ellas después de la muerte. Por eso estos dos animales son especialmente venerados en esta cultura.

Tradicionalmente, los cadáveres de las vacas y las cobras nunca se dejaban así; se cremaban o se enterraban. Incluso si encuentras uno por ahí, se supone que debes enterrarlo o cremarlo.

Ahora, para aquellos de ustedes que han sido iniciados por mí, es cierto que no hay necesidad de pasar por ningún ritual de muerte. Sin embargo, ¿qué pasa si eres un 'caso perdido', alguien que pasó por el proceso de iniciación, pero lo perdió? Para aquellos de ustedes que han sido iniciados por mí, me gustaría que terminaran su proceso cuando están vivos, cuando la vida aún está viva y vibrante en ustedes, para que no me carguen cuando estén muertos. Estoy dispuesto a atenderlos cuando están vivos. Si son incompetentes, también estoy dispuesto a atenderlos después de que estén muertos. Pero, ¿por qué no se hacen competentes de tal manera que aquí y después, estarán bien?

Deberían vivir de tal manera que no haya necesidad de ningún ritual después de la muerte para ustedes. Deberían prometerme que no me molestarán incluso después de que estén muertos. ¡Por favor, háganse

de tal manera que no necesiten ningún ritual de mí o de nadie más cuando estén muertos.

A partir de ahora, las cosas deben suceder de la manera que necesiten suceder para ti.

Entrenando a las Personas para Rituales de Muerte

Si algunas cosas no están en nuestras vidas, podemos arreglárnoslas sin ellas la mayoría de las veces. Pero los rituales post mortem son algo de lo que ninguna sociedad puede prescindir. Son absolutamente necesarios porque no puedes hacerlo tú mismo. Entonces, ¿es posible que podamos entrenar a personas para realizar estos rituales post mortem? Muy posible.

En India, las personas que manejaban a los muertos y esos procesos se llamaban *chandalas*. En tiempos pre-arios, se consideraba una de las profesiones más importantes de la sociedad. Durante los siguientes miles de años, se asoció un estigma a esto y se convirtió en la profesión más baja en la jerarquía social. En la antigüedad, la intocabilidad estaba muy presente en la India. Las personas de ciertas castas eran consideradas intocables y otros no las tocaban. Pero incluso los intocables no tocarían a un chandala porque se consideraba el más bajo de los más bajos. Por otro lado, el mismo Adiyogi Shiva siempre se mantenía en compañía de los chandalas porque pensaba que eran los más altos. Vio que su comprensión de la vida y el conocimiento era mucho mejor que la de todas las demás personas que realizaban otras cosas. Entonces, si te involucras en este servicio, tendremos que darle una nueva apariencia, tendremos que vestirte de manera diferente. Tenemos que hacer que entregues todo esto de una manera completamente diferente a la forma en que se hacía tradicionalmente.

De lo contrario, sacudir el estigma y ser útil a las personas será muy difícil.

Sería mejor hacer esto sin rituales, pero entrenar a las personas para realizar un ritual es mucho más fácil que entrenarlas para hacer lo mismo sin un ritual. El principal problema con los rituales es que cuando el nivel de integridad cae en el tejido social, todos los rituales se corromperán.

Estos rituales se crearon cuando el sentido de integridad y compromiso entre las personas era tan fuerte que no había lugar para ningún tipo de abuso. Pero cuando el tejido general de integridad ha

disminuido en la estructura social, entonces todos los rituales estarán bajo sospecha porque hay espacio para el abuso.

En este momento, si enseño a alguien cómo manejar a los muertos, tal vez quiera mostrar a sus amigos cómo pueden hacer bailar a los muertos o hacer algo extravagante. O pueden querer convertirse en un 'médium'. Además, incluso si tienes claro que no quieres hacer ninguna de esas cosas, la gente intentará influir en tu juicio cuando alguien haya muerto. Vendrán y se postrarán a tus pies y dirán: 'Haz algo, solo quiero decir una cosa a mi padre, quería decir esto durante los últimos diez años, pero no lo hice. Quiero decirlo ahora.' Porque lloraron y suplicaron, si comienzas a organizar una llamada de conferencia, entonces todo está perdido. Eso equivale a abuso. Si te enseñamos rituales, no podrás hacer todo eso. Solo tienes que hacer el ritual e irte a casa. Solo si generamos personas que sean lo suficientemente responsables como para no hacer ni una cosa más de lo necesario, estas cosas se pueden hacer. Pero los rituales pueden no encajar en el mundo de hoy.

En algunas culturas, tradicionalmente se ha prohibido a las mujeres entrar en los campos de cremación o realizar estos rituales porque podrían ser susceptibles a ciertas influencias indeseables. Pero si lo que estás haciendo es solo un ritual de nombre, entonces las mujeres también pueden hacerlo. Si es un proceso donde genuinamente está ocurriendo algo y estás manejando una vida desencarnada, entonces involucrar a las mujeres en ello es un poco problemático.

Hay varias razones para esto. Una razón es que en esos tiempos una mujer estaría embarazada al menos ocho a doce veces en su vida.

Así que la mayor parte del tiempo, estaría embarazada o amamantando. En esos momentos, no debería estar en tales situaciones. Particularmente cuando está embarazada. Incluso hoy en día, esto se sigue: si se están realizando rituales de muerte, no permiten que las mujeres embarazadas estén presentes allí. Incluso si una mujer está libre de embarazo y lactancia, aún puede tener sus ciclos menstruales, lo que nuevamente la hace vulnerable. Esta es la razón por la que se mantenía a las mujeres alejadas de los campos de cremación. Pero si ella está libre de todas estas situaciones, entonces no hay problema en que haga estos rituales.

Una mujer necesitará tener mucho más cuidado al hacer estas cosas que un hombre. La estructura biológica de un hombre es estable de cierta manera; la estructura biológica de una mujer pasa por ciertas fases, por lo que ella debe tener mucho más cuidado con estas cosas. Hay diferentes tipos de responsabilidades biológicas para los cuerpos masculinos y femeninos. En lugar de entender y apreciar esto, hemos imbuido una mentalidad en el mundo donde convertimos cada

pequeña diferencia en una discriminación. Como resultado, ha surgido toda esta discriminación de género. De lo contrario, estos dos aspectos son complementarios entre sí y así es como debería ser. Si se debe mantener una cierta disciplina, no debes comprometer esa disciplina por nada. Entonces incluso las mujeres pueden hacerlo y, de hecho, es bien sabido que es mucho más fácil ayudar a las mujeres a organizarse y disciplinarse que a los hombres. Las mujeres tienen una capacidad natural para absorber el orden debido al sentido más profundo de instinto de supervivencia que se necesita para cumplir con sus responsabilidades reproductivas.

Teníamos los medios para hacer todas estas cosas en este país, pero ahora todos estamos educados en inglés, por lo que nos avergonzamos de

estas cosas. En Isha, esperamos construir un grupo de personas a quienes

podamos impartir ciertas cosas. También estamos nutriendo y educando a algunos niños, con la esperanza de que crezcan en la tradición correcta para que podamos enseñarles algunas cosas simples sobre la vida que son muy vitales. Tal vez no se conviertan en ingenieros y doctores, pero esperamos que crezcan en estas cosas. También estamos en el proceso de entrenar a algunos meditadores para hacer este tipo de servicios. Si estás dispuesto a ofrecer esto, entonces podemos entrenarte para hacer estas cosas correctamente. Pero nunca debes convertirlo en tu profesión; debe hacerse solo como un servicio. Cuando alguien ha perdido su cuerpo, están completamente indefensos; necesitan ayuda y se les puede ayudar, pero no con manos corruptas y contaminadas. Necesita a alguien que se preocupe y alguien que tenga el sentido necesario sobre ello.

La Muerte de los Infantes

¿Es la muerte de los infantes diferente de la muerte de los adultos? En cierto contexto, sí, porque la forma en que la vida se manifiesta en un niño es diferente de la forma en que la vida se manifiesta en un adulto. Si el niño muere cuando la madre aún lo está amamantando o tiene menos de cuarenta meses de edad, su vida aún no es una vida completamente establecida en cierto sentido. Así que no es lo mismo que la muerte de un adulto. En realidad, es extraño, pero verás que los padres también generalmente se recuperan muy rápidamente de la muerte del niño en tales casos. Si un niño mayor de cuatro años muere, su dolor y sufrimiento serán mucho mayores.

Si dices esto, la gente se molestará mucho; eso es diferente. Pero si solo los observas, verás que el impacto es mucho menor, porque incluso en la conciencia de los padres, no está completamente establecido como una vida. Todavía está en proceso de tomar forma.

Cuando tu hijo es un bebé, es cuando tu contacto con él es enorme. Para cuando tiene cuatro años, comienzan a correr. No puedes sostenerlos, quieren estar en todas partes. Quieren ver el mundo. Pero antes de los cuatro años, están mucho contigo; pero a pesar de estar físicamente conectados con ellos, tu conexión con ellos no es tan fuerte porque no están físicamente conectados con su propio cuerpo de manera muy fuerte. Así que lo mismo no ha sucedido dentro de ti muy fuertemente. Si observas la vida con mucho cuidado, lo sabrás. Hoy en día hay mucha intervención médica para ayudar, pero hasta hace poco muchos niños morían antes de los cuatro años, sin ninguna

enfermedad. Simplemente morían porque la vida aún no estaba completamente establecida. Cuando esto sucede, hay una sensación de pérdida pero no mucho dolor involucrado para los padres.

En los niños, hasta aproximadamente los cuarenta a cuarenta y ocho meses, la cantidad de Karma Prarabdha para esta vida aún no está decidida. La vida todavía está tratando de hacer un juicio. Por eso hay tanto énfasis en la tradición india en lo que debe hacerse durante este tiempo. Hay todo un sistema de rituales durante la preconcepción, la concepción, el nacimiento y después.

Esto es solo para asegurar que esto se convierta en una vida que asumirá el máximo Karma Prarabdha. Asumir el máximo es significativo no porque quieras que asuma más sufrimiento; es para convertirlo en una burbuja más grande, con más posibilidades. Pero más posibilidades también significa posiblemente más desafíos, lo que a su vez puede significar más sufrimiento. Cuando algo viene con más posibilidades, hay una posibilidad de que más cosas salgan mal, ese es el riesgo. Así que si esta vida se vuelve lo suficientemente estable y capaz para cuando tiene cuarenta y ocho meses, elegirá un Karma Prarabdha mucho más grande. De vez en cuando, esto sucede por sí solo en la naturaleza, pero, generalmente, quieres crear situaciones donde puedas soplar una gran burbuja para que la nueva vida asuma una gran posibilidad. En el mundo de hoy, la gente piensa que posibilidad significa cuánto dinero ganarás. Una posibilidad mayor no significa necesariamente que alguien vaya a hacerlo bien a los ojos de la sociedad. De alguna manera, se convierte en una vida que no puedes ignorar. La mayoría de las vidas son ignoradas. Nadie puede notar si existieron o no. Pero una vez que la burbuja es grande, ya sea

que uno esté en un desierto o en un bosque, en un pueblo o una ciudad o donde sea que estén, serán notados porque son una burbuja más grande de alguna manera. ¿Es lo suficientemente grande como para que todo el mundo lo note? No lo sabemos, pero si uno se convierte en una burbuja un poco más grande, es una posibilidad mayor.

Generalmente, la mayoría de las personas no recordarán nada antes de los cuatro años de edad porque la infancia es un momento en el que la vida aún no ha decidido cómo quiere formarse. Todavía está explorando si expandirse o contraerse y qué hacer y cuánto. Si hay una situación muy amenazante y difícil

puede contraerse para que se sienta más segura con menos Karma Prarabdha y una superficie más robusta. No quiere estirarse. Por eso, independientemente de la cultura de la que provengas, todos insisten en que si te encuentras con un niño, sean cuales sean tus problemas, debes sonreírle al niño, debes interactuar amorosamente con el niño. Incluso en las culturas tribales más remotas, existe esta conciencia porque debes crear esa comodidad para que se expanda tanto como sea posible. Si creas un poco de inconveniencia, puede optar por contraerse. No queremos que eso suceda. Estas no son decisiones que alguien tome conscientemente. Esta es la inteligencia propia de la vida tomando estas decisiones.

A veces ocurre otro tipo de muerte en niños un poco mayores. En algunos niños, a veces la cantidad de Karma Prarabdha para esta vida no se decide adecuadamente, por lo que mueren inesperadamente. Los niños sanos simplemente caen muertos. Los niños de inteligencia extraordinaria que hacen cosas absolutamente más allá de la percepción de las personas tienden a morir antes de los seis años porque su Karma Prarabdha no se fijó adecuadamente. Demasiadas vidas de información comienzan a estallar en ellos. Generalmente, uno necesita un nivel diferente de conciencia y una cierta desapasionamiento para manejar eso, pero cuando ocurre en un niño, el cuerpo no puede sostenerlo y simplemente colapsa. Estas son algunas razones por las que la muerte de un infante es ligeramente diferente de la muerte de un adulto.

La Conexión Padre–Hijo

en la Vida Después de la Muerte

En India, cuando la gente muere, quieren tener a sus hijos a su alrededor.

La gente en particular quiere que los hijos estén presentes. Esta es la razón por la que, en India, la gente desea desesperadamente tener un hijo. Esto se debe a que hay una cierta 'conexión de vida' entre los hijos y los padres, y si se hace uso de esta conexión en los rituales para los padres, pueden ser mucho más efectivos. Las hijas también son efectivas para este propósito, pero la gente dependía más de los hijos para este papel principalmente porque, en el pasado, solo era posible que el hijo estuviera presente cuando ellos morían. Cuando la hija alcanzaba la mayoría de edad, se casaba y se iba a la casa de otra persona. Cuando el padre moría, puede que ella no pudiera venir

inmediatamente debido a la distancia. No necesitaba estar en otro continente, incluso si solo estaba a 200 kilómetros de distancia, para cuando llegaba, la cremación ya habría terminado. Además, tendría a sus propios hijos, marido y familia. No podría simplemente dejarlos y venir. Tendría que hacer arreglos para su ausencia. Y no podría viajar sola porque todo estaría forestado, así que alguien tendría que acompañarla. Hacer todos estos arreglos tomaría bastante tiempo y no podría llegar a tiempo. Pero el hijo vivía con los padres, por lo que estaría disponible. Entonces, decían, el hijo debe estar presente para los rituales y es suficiente que las hijas vengan para el duodécimo día.

Entonces, ¿cuál es la naturaleza de esta conexión entre el padre y el hijo que podría ser utilizada en ese momento? Generalmente, la interacción de las personas entre sí es física, mental o emocional. Nunca va más allá de eso. Pero cuando una persona muere o cuando una persona deja su cuerpo, todo eso se va. La estructura mental se va, las emociones se van, el cuerpo seguro que se va. Así que todo lo que conocías como tuyo se va. Así que para todos los efectos prácticos, los hijos son tan extraños para ti como cualquier otra persona. Pero una vez que tienes un hijo, un cierto espacio de quien eres es ocupado por ese ser a quien te refieres como tu hijo porque proporcionaste un cuerpo para este ser. Es debido a esta conexión que el padre tiene con el hijo que podemos hacer ciertas cosas, que pueden ayudar a los padres después de morir. Si el hijo hace las cosas correctas después de la muerte del padre, incluso puede liberar al padre a través de esta conexión.

Las personas que vivieron completamente inconscientes y no hicieron nada por sí mismas, dependían de sus hijos para liberarlos. Y eso se convirtió en una tradición en sí misma.

Sin embargo, lo contrario no es cierto. No puedes usar a los padres para liberar a sus hijos fallecidos. Ya vimos en la sección anterior que cuando los niños mueren antes de los cuatro años, la muerte no es la

misma que la de un adulto porque esa vida aún se está estableciendo. Después de que el niño cruza entre los cuarenta y cuarenta y ocho meses, fisiológicamente, tu conexión con el niño aumenta dramáticamente y sucede en tu cuerpo. La mayoría de las personas no descifran esto. Experimentan algo que sucede dentro de ellos antes de los cuatro años. Pero después de los cuatro años,

están involucrados con tantos problemas relacionados con los niños: a dónde va, dónde está, su admisión en la escuela, esto y aquello. Debido a estas cosas, pierden esta experiencia. De lo contrario, en ese momento, notarían que algo hace clic en ellos porque algo en ese cuerpo ha hecho clic.

Cuando eso hace clic, llegas a cierta comodidad porque se convierte en parte de ti, no tienes que sostenerlo conscientemente, ocurre una sujeción natural.

Debes entender que solo eres un proveedor del cuerpo para tu hijo, no puedes crear un ser. No está en manos humanas crear un ser. Cuando ese ser realmente se conecta con el cuerpo que proporcionaste, algo se conecta dentro de ti y ocupa un cierto espacio dentro de tu propio sistema. Así es como, si solo revisamos la energía de alguien, sabemos si ha tenido hijos o no. Así es como, a veces, un astrólogo en India puede decirte cuántos hijos tienes, si están vivos o no. Te darán un breve resumen de tus hijos, sus características, sus nombres y todo, porque tus hijos ocupan un cierto espacio dentro de ti. Si estás dispuesto a observar, está muy presente en esa persona.

Ahora, esta conexión fisiológica es muy fuerte hasta que el niño tiene veintiún años. Después de eso, comienza a disiparse nuevamente. Es por esto que, a medida que un niño crece y se acerca a los veintiún años, si los miras, parecen absolutos desconocidos. No puedes creer que los engendraste. Te preguntarás, ¿son estos mis hijos? ¿Es este el mismo bebé que crié? No puedes reconocer lo que están haciendo porque no tienes un lugar en ellos, pero ellos tienen un lugar en ti.

Este es un hermoso sistema natural de cuidar a la descendencia, criándola y también siendo capaz de liberarla cuando tienes que hacerlo.

Si alguien se me acerca y dice, 'Bendice a mis hijos,' pregunto, '¿Cuántos años tienen?' Si tienen menos de veintiún años, realmente los bendecimos porque si tienen menos de esa edad, puedes bendecir a una madre o un padre y tener un profundo impacto en los hijos. Pero si los hijos tienen más de veintiún años, solo bromeamos con los

padres, hacemos bromas con ellos y los enviamos porque no sirve de nada bendecirlos para sus hijos. Los hijos tendrán que venir por sí mismos.

Es por esto que, si tus padres mueren, podemos hacer algo por ellos a través de ti. Pero si tus hijos mueren, no podemos usarte para hacer algo

más por ellos porque no tienen ese pequeño espacio dentro de ellos que está ocupado por ti. Siempre es así que la generación futura ocupa un pequeño espacio en el pasado, pero la generación pasada no y no puede ocupar ningún espacio en la generación futura. Esta es la naturaleza misma de las cosas. Así que una vez que tus hijos se han ido, todo lo que puedes hacer es realizar Kalabhairava Karma para el niño dentro del tiempo estipulado. Definitivamente hará algo significativo. Más allá de eso, no trates de hacer demasiadas cosas para influir en ellos. Sin embargo, aunque tus pensamientos, tus emociones y tus acciones no tengan influencia sobre tu hijo que ya no está, si te vuelves hacia adentro, si tu forma de ser se vuelve agradable, ese ser experimentará agradabilidad. Esto también es solo hasta que esa vida encuentre otro cuerpo.

Si digo estas cosas, la gente se confundirá, pero si eres un poco observador, puedes sentir cuándo este ser fallecido ha encontrado otro cuerpo. Puede que hayas visto esto suceder con muchas personas que han perdido hijos: hasta cierto punto no pueden creer que alguna vez se recuperarán de la muerte de sus hijos, pero de repente un día ya no parece importar. Todo parece normal y bien. Si el padre observa la forma en que su cuerpo se comporta, cómo se comporta la respiración, la naturaleza de su cabello, sus uñas, la textura de su piel, sabrán cuándo este ser ha encontrado otro cuerpo. Se mostrará. Una observación cercana de la respiración revelará que el patrón de respiración ha pasado de ser tenso y corto a un nivel distintivo de tranquilidad. Esto también se reflejará de varias otras maneras. El proceso natural de hidratación de la piel cambiará de sequedad a suavidad debido a la acción respiratoria del epitelio. Hay muchos más indicadores; no entraré en ellos porque la gente empezará a mirar y a imaginar todo tipo de cosas.

Ahora, una vez que esa vida encuentra otro cuerpo, entonces se ha ido para siempre. No tienes nada que ver con eso. Ahora, alguien más los reclama—‘Este es mi hijo’—y comienza todo un nuevo drama de nuevo.

La Importancia de los Aniversarios de Muerte

Reconociendo las necesidades de los seres humanos durante su vida, los antiguos sabios crearon un conjunto de samskaras—rituales para purificar y refinar a una persona con el fin de asistir en el paso por la vida. Hay alrededor de sesenta y cuatro

samskaras, pero los más importantes son dieciséis en número y se conocen como *sodasa-samskaras*. Estos samskaras comienzan desde el momento de la concepción, que debe ser realizada por los padres y terminan con los ritos post-mortem que deben ser realizados por los descendientes.

Los ritos post-mortem se conocen como *antyeshti* y deben ser realizados por el hijo del fallecido. Aseguran el bienestar futuro del muerto y liberan a los vivos de la deuda u obligaciones que deben al padre. Algunos de los rituales post-mortem se extienden a lo largo de la vida de los descendientes, aunque en una escala progresivamente menor. Estos rituales generalmente se realizan como *shraadha*, en cada aniversario del último ancestro fallecido y días de importancia especial como los días de luna nueva, días de eclipse, etc. Hoy en día, estos rituales se malinterpretan comúnmente como recuerdos, pero principalmente son para ayudar a disolver los *runa*s, o deudas, a los ancestros.

Algunos de estos rituales son puramente por razones sentimentales, para recordar a los muertos, reconocer su contribución a nuestras vidas, y así sucesivamente. Digamos que alguien murió. Tal vez los hijos o nietos de la persona eran muy jóvenes en ese momento. No tienen memoria de él o ella. Así que los padres quieren traer de vuelta esa memoria para ellos para que los niños puedan relacionarse con eso porque quieres que los niños estén arraigados en algo.

Cualquiera que fuera esa persona, esta ocasión es para decir algunas cosas maravillosas sobre ellos para que los niños se conecten con eso. Es una especie de legado para ellos. Ese es un aspecto de ello. El otro es distanciarse genéticamente de los ancestros o disolver tu runanubandha con ellos.

Un aspecto importante del desarrollo espiritual es que debes distanciarte de tu Memoria Genética y Memoria Evolutiva.

Si no te distancias, las mismas cosas se repetirán.

Lo que sucedió en la vida de tu abuelo puede repetirse en tu vida. Tal vez estás en un tiempo diferente, por lo que te ves diferente, pero en realidad las mismas cosas pueden estar ocurriendo. Puede haber una

diferencia en el entorno en el que vivieron y en el que tú vives. La actividad que ellos persiguieron y la que tú ahora persigues puede ser diferente. Entonces, en la superficie, la gente piensa que todo es diferente. Pero, experimentalmente, lo mismo puede estar sucediendo porque se repetirá. Te convertirás en un proceso cíclico. No serás una vida fresca. Cuando no eres una vida fresca, no hay

cuestión de liberación. No hay cuestión de ir más allá, no hay cuestión de explorar algo más.

Entonces, la razón más importante por la que se hacen estos rituales de aniversario en India no es para recordar, sino para distanciarte de tus antepasados. Quieres distanciarte de los muertos. Las kriyas anuales están creadas de tal manera que intentas reducir tu Memoria Genética tanto como sea posible. La iniciación brahmachari 4 también es similar.

En India, si quieres tomar *sanyasa*, 5 lo primero es que incluso si tus padres están vivos, haces todas las kriyas y karmas para ellos. No se trata de que caigan muertos, ese no es el objetivo. Es solo que creas una distancia entre tú y tu Memoria Genética. Ahora, estás un paso más cerca de ser liberado.

Culto a los Antepasados

Nuestra deuda con nuestros antepasados es enorme. Si no fuera por las capas sucesivas de conocimiento y esfuerzo, la civilización humana aún sería muy primitiva.

Entonces, es habitual en la mayoría de las culturas expresar gratitud a los antepasados. En algunas culturas, esta veneración a los antepasados toma una proporción diferente y se convierte en adoración. A los antepasados se les otorga el estatus de semidioses y se les mira para obtener guía y protección. Por lo tanto, son adorados. Los nativos americanos son grandes en el culto a los antepasados y quizás incluso los aborígenes australianos y las tribus africanas. Sin embargo, en India, los ritos y rituales para los antepasados son por una razón diferente.

En India, nos distanciamos de nuestros antepasados; no los adoramos. Aquí, la gente piensa en cuidar de sus antepasados o distanciarse de ellos. Pero que los antepasados cuiden de ti no es tan común en India. En otras culturas, esta adoración puede haber surgido porque ha habido mucha práctica oculta en esas culturas. Sus ritos y rituales eran en gran parte ocultos, no procesos espirituales. Deben haber existido

situaciones donde los antepasados muertos los ayudaron en batallas y otras situaciones críticas. Probablemente sabían cómo acceder y hacer uso de eso. Definitivamente, habrían existido tales situaciones.

Debido a eso, puede haber surgido la creencia general de que todos los antepasados te apoyarán. Eso también es cierto aquí.

Bueno, yo mismo he dicho que después de que me haya ido físicamente, durante ochenta años, estaré aquí en una presencia más grande de lo que soy ahora y veré que todos los que están aquí sean asistidos de alguna manera. 6 Ha habido otros seres que guiaron a las generaciones siguientes.

Entonces, cosas similares deben haber ocurrido allí. Basado en eso, debe haber surgido la creencia general de que cada antepasado era capaz de hacerlo.

Algunos deben haber hecho esto con certeza, pero en general, cada antepasado no es capaz de esto.

El conocimiento colectivo de las generaciones pasadas definitivamente nos beneficia en un millón de maneras. Si un código estricto de cómo nos casamos se maneja cuidadosamente, como era en la antigua India, nuestra capacidad para acceder y beneficiarnos del conocimiento acumulado de las generaciones pasadas se mejorará enormemente. Esto no en términos del rígido sistema de castas, sino sobre la base de la compatibilidad genética. Muchas familias empresariales han demostrado esto de maneras fenomenales. Algunas de ellas también crearon deidades que apoyan esta acumulación de conocimiento en formas de energía y manejaron la mezcla genética con gran entusiasmo. De muchas maneras, esto era más estricto que su religión. En muchos lugares, la tierra, las rocas y el mismo espacio se manejaban con cuidado. En ciertas culturas, no quieren perturbar ni siquiera el suelo y las rocas que fueron testigos de la gloria ancestral porque estos eran herramientas para retener su conocimiento.

Sin embargo, en esta era de máquinas y viajes desenfrenados y mezclas, puede que no sea muy práctico. Hoy en día, tus hijos confían más en Google que en lo que tú o tus antepasados tienen que decir. Es lamentable que hayamos pasado de la intuición a la información.

De Cielo e Infierno

Aquellos que han hecho un infierno de sí mismos siempre aspiran a ir al cielo. Cuando la vida se siente como un infierno, esperamos que cuando vayamos allá arriba, todo será fantástico. Ahora, ¿qué hay en

el cielo? Según la tradición hindú, la comida es muy buena en el cielo. Si eres un amante de la comida, debes ir al cielo hindú. Nala, el mejor chef, cocinará para ti, y no importa cuánto comas, los recipientes siempre estarán llenos de comida. Si vas a otro lugar, damas vestidas de blanco flotan alrededor

de las nubes tocando el arpa para ti todo el tiempo. Si te gusta ese tipo de ambiente, debes ir allí. Y en otro lugar, encontrarás problemas de vírgenes. Si eso es lo que buscas, debes ir allí. Pero, ¿cómo llegar al cielo?

Esto sucedió en Alabama. En una escuela dominical, el maestro estaba en pleno fuego, pero la audiencia no era como tú; eran pequeños, parte de su política de 'atraparlos jóvenes'. El maestro estaba dando todo y los niños estaban atónitos. De repente, se detuvo, para dar impacto dramático, y preguntó: '¿Qué tienes que hacer para ir al cielo?' La pequeña Mary en la primera fila se puso de pie y dijo: 'Si trapeo el piso de la iglesia todos los domingos por la mañana, iré al cielo.' '¡Absolutamente!' dijo él.

Otra pequeña niña dijo: 'Si comparto mi dinero de bolsillo con mi amigo menos privilegiado, iré al cielo.' '¡Correcto!' dijo él. Otro niño dijo: 'Si ayudo a las personas que lo necesitan, iré al cielo.' '¡Correcto!' dijo él. El pequeño Tommy en la última fila se levantó y dijo: 'Primero tienes que morir.' Bueno, esa es una calificación. Si quieres ir al cielo, primero debes morir.

Cuando mueres, dependiendo de tu cultura, serás enterrado, cremado o ofrecido a los pájaros o animales. Entonces dejaste tu cuerpo aquí y fuiste al cielo. Sin un cuerpo, ¿qué vas a hacer con buena comida y vírgenes? Sabes que hablaban de ese *patra* especial, 7 donde por mucho que comamos, no se vacía: ¡debes entender que es porque nadie que tenía un cuerpo fue allí! Lo que sea que coman las personas sin cuerpo, se quedará justo allí, por lo que naturalmente el recipiente siempre estaba lleno. Y es también por eso que permanecieron vírgenes para siempre.

Nos han contado este tipo de historias durante mucho tiempo. Durante miles de años, no puedes estar contando la misma historia. Al menos inventa una historia mejor: ¡un cielo donde el Wi-Fi es gratis! No hay nada de malo en disfrutar de una historia, pero creer en una historia es una estupidez. ¿Cuánto tiempo te contarás cuentos de hadas? Es hora de que los seres humanos mostremos algo de evolución. Debes detener las malditas historias y comenzar a mirar la verdad sobre tu existencia.

En este momento, algunas personas quieren que creas que en el momento en que mueres, vas al cielo y habrá una fiesta organizada allí; todos tus parientes y amigos te están esperando y tendrás un gran tiempo.

Debes entender que cuando mueres, pierdes tu cuerpo, pero aún estás aquí. No vas a ningún lado. Es solo que el cambio dimensional ha ocurrido de estar encarnado a desencarnado, o de la fisicalidad a una fisicalidad más sutil. No es un cambio geográfico de aquí al cielo o de aquí al infierno o donde sea. Y lo más importante es que lo que sucede después no se basa en la retribución de Dios o que está enojado contigo y que debe colgarte o quemarte en fuego o freírte en aceite.

La gran comercialización del cielo y el infierno como destinos para el más allá fue hecha por las religiones del mundo para traer control en la sociedad. Cuando no sabían cómo controlar a individuos o grupos de personas, se les ocurrió una idea: 'Está bien, si no podemos castigarte ahora, te atraparemos allí. Y por toda la bondad que muestras, si no podemos recompensarte aquí, te recompensaremos allí.' O si estabas miserable, decían, 'Aiyyo, no te preocupes, cuando vayas allá, todo estará bien.' Proporcionaron consuelo. Si alguien está en un estado profundo de sufrimiento, dices, 'No te preocupes, cuando vayas y te sientes en el regazo de Dios, todo estará bien.' Es una herramienta psicológica. Está bien cuando las personas están en estados extremos. Pero no lo marques y lo vendas en todas partes, porque no va a funcionar así. Si es un psicólogo diciendo estas cosas, está bien. Pero si realmente haces que crean que todo será mejor en algún lugar, solo estropearás la vida aquí.

Ahora, lentamente, los cielos están colapsando en las mentes de las personas porque si solo haces tres preguntas al respecto, colapsará. La raza humana ha llegado a un punto en el tiempo donde el intelecto humano está disparando como nunca antes.

Más personas pueden pensar por sí mismas hoy que nunca antes en la historia de la humanidad. Una vez que el intelecto humano se activa, inevitablemente, hará preguntas. Creo que en los próximos veinticinco años, en un máximo de cuarenta años, las escrituras y los cielos colapsarán completamente. Ya está colapsando de muchas maneras en las mentes individuales. Aún así, la gente no tiene el valor de decirlo en voz alta o no está articulado en su mente todavía, pero está colapsando. Hoy en día, el control del cielo y el infierno sobre las personas se ha desgastado casi por completo. En comparación con el número de personas que creían que irían al cielo en la generación anterior, el número de personas que creen que podrían ir al cielo en

esta generación ha disminuido drásticamente. En todo el mundo, esa esperanza está colapsando, y en

las próximas décadas colapsará aún más rápidamente. Esto tiene muchas consecuencias para el mundo.

Los seres humanos buscan el cielo básicamente porque buscan la placidez.

Si desde tu infancia te hubieran dicho que Dios vive en el cielo pero que es un lugar horrendo, no querrías ir allí. Dirías, 'No, rezaré desde aquí mismo, pero no quiero ir allí.' Entonces, esencialmente, un ser humano busca la placidez en su experiencia—

física, mental y emocionalmente. Él o ella quiere que el proceso mismo de la vida y los alrededores sean placenteros. Si estas cosas suceden, ¿estamos satisfechos? No, es solo que si has aprendido a ser placentero, solo entonces puedes explorar las diferentes dimensiones de la vida. Si estás en diferentes estados de desagrado, toda tu vida se irá solo buscando la felicidad. La gente está desperdiciando toda su vida para lograr algo llamado felicidad. En realidad, ni siquiera es felicidad; han renunciado a eso también. Hoy solo quieren paz mental. Este es el objetivo más alto en su vida.

Entonces, una vez que el cielo colapsa en la mente de las personas, intentarán maximizar su vida aquí. La maximización inicial ocurre con la avaricia y el deseo. Pero cuando la gente se frustra y se da cuenta de que tener más no hace que la vida sea más en ningún sentido, quieren tener las alternativas aquí mismo de una manera grande. Se están emborrachando y drogando aquí mismo.

Esto no se trata de verlo moralmente. Se trata del tipo de daño que causa a la inteligencia humana y la conciencia humana. La salud, por supuesto, es una preocupación, pero si a alguien no le importa morir unos años más joven, no tengo problemas. Pero el daño que estos químicos causan a la posibilidad humana es nuestro problema. Cuando esto le sucede al 90 por ciento de la población humana, la próxima generación que producimos será de mucha menor calidad que la que somos. Eso es un crimen contra la humanidad porque todo el movimiento de la vida es tal que debería mejorar cada vez más.

Una vez que el daño real ha sucedido, en ese momento, tratar de hacer que las personas cambien no va a funcionar. No puedes aconsejar a alguien que está con químicos. Intenta aconsejar a un borracho o a un drogadicto o a alguien que está con medicación

continua y entenderás lo que estoy diciendo. No puedes hacer que cambien así como así, porque esa es la

naturaleza de los químicos. Te hacen sentir mejorado ya sea en términos de salud, paz, alegría, éxtasis o lo que sea. Porque te hace sentir mejorado artificialmente, no hay forma de que la gente salga de eso.

Entonces, antes de que todos se conviertan en borrachos o drogadictos, es importante que ocurra la elevación de la conciencia y que podamos enseñarles cómo sentarse aquí, totalmente dichosos y colocados por sí mismos, sin ninguna sustancia. De lo contrario, en los próximos cincuenta años, verás que el 90

por ciento de la población humana estará con algún tipo de químico.

Existencialmente, hay un poco de base para las nociones de cielo e infierno. Es porque tu vida no termina con la muerte; solo toma muchas otras formas después de eso. Puede tomar formas placenteras o puede tomar formas muy desagradables dependiendo de muchos factores. Estas formas placenteras las referimos como el cielo, o *Swarga*, y las formas desagradables como *Naraka*, o infierno. Como ya

vimos antes, 8 estas no son ubicaciones geográficas—son formas que toma el ser después de que se deja el cuerpo. Si vas más allá de todas las formas, entonces decimos que es mukti, o Liberación. Un buscador espiritual no está interesado en ir al cielo. No quieren ir ni al infierno ni al cielo. Quieren ir más allá de esta dualidad de ambos, infierno y cielo.

Lo primero que el Yoga ataca es el cielo y el infierno. Mientras haya cielo e infierno, la tecnología para el bienestar interior es inútil. El proceso de avanzar hacia la Liberación de uno es inútil, ya que, ahora, hay dos lugares a los que ir: o terminas en un lugar malo o en un lugar bueno. Toda tu vida se enfoca en de alguna manera ganar un boleto para el lugar bueno. No tienes que preocuparte por cómo vives.

La humanidad ha vivido tan groseramente como lo ha hecho, principalmente debido a la asistencia de la religión. Predican, 'No importa lo que hagas, si solo crees en esto, esto y esto, tu boleto para el lugar bueno está asegurado.' Entonces, si no destruyes el cielo y el infierno que están funcionando dentro de ti ahora mismo, realmente no hay movimiento hacia la verdad.

Hay una hermosa historia en la tradición yóguica: Había un yogui que tenía más de ochenta y cuatro años y empezó a declarar a otros yoguis

a su alrededor, ‘Sabes, voy a morir y voy a ir al cielo pronto.’ Todo esto divertía a los otros yoguis. Un día, lo detuvieron y le preguntaron, ‘¿Cómo sabes que vas a ir al cielo? ¿Acaso

sabes lo que está en la mente de Dios?’ Así que el yogui respondió, ‘No me importa lo que esté en la mente de Dios; sé lo que está en mi mente.’ El Yoga te da la tecnología para hacerte placentero sea cual sea el ambiente.

Eso es todo lo que estaba tratando de decir. Tanto el infierno como el cielo siguen siendo parte de la dualidad. Lo que llamamos Liberación es la disolución total. No vas ni aquí ni allá. No vas a ningún lado porque simplemente te disuelves. Por esto, para un buscador espiritual, ni Dios ni el cielo son la meta—mukti o Liberación lo es.

C A P Í T U L O 9

De la Tristeza y el Luto

Quiero que entiendas que tu tristeza no es porque alguien haya muerto. Una vida

que se va no significa nada para ti. Miles de personas en el mundo mueren en

un día. Pero no deja un vacío en ti. Sigues de fiesta. El problema es,

esta vida en particular que se va deja un agujero en tu vida.

La Esencia de la Tristeza

Superar el duelo por la muerte de un ser querido se está convirtiendo en un gran tema en el mundo de hoy. Pero debes entender que tu dolor no es porque alguien haya muerto. Una vida que se va no significa nada para ti. Todos los días, miles de personas se van. ¿Por qué el mundo, incluso en tu propia ciudad, tantas personas están muriendo, tantas personas están asistiendo a funerales, tantas personas están en duelo? Y sin embargo, eso no te afecta. No deja un vacío en ti. Aún estás celebrando en la misma ciudad.

El problema es que esta vida particular que se va deja un vacío en tu vida. Esencialmente, te lamentas porque alguien que de muchas maneras era parte de tu vida se ha ido. Entonces, una parte de tu vida se ha quedado vacía y no puedes manejar ese vacío. Es como esto: un grupo de ustedes estaba jugando un juego, y ahora de repente una persona ha dejado de participar.

Hay una brecha en el juego debido a eso y no puedes manejarlo.

Tu problema es que esta muerte particular te deja incompleto. Construiste tu vida alrededor de alguien, hiciste planes en tu mente: 'Me voy a casar con esta persona, voy a tener dos hijos, voy a hacer que estos niños hagan esto y aquello,' y así sucesivamente. Pero ahora, cuando esta persona desapareció de tu vida, de repente, todos esos sueños se han roto. No sabes qué hacer contigo mismo. Estás desilusionado. Si estás desilusionado, significa que tus ilusiones han sido destruidas. Cuando tus ilusiones se destruyen, la Maya 1 se ha ido —

este es el momento de llegar a la realidad. Desafortunadamente, la mayoría de las personas convierten esto en un proceso muy doloroso y destructivo dentro de sí mismos.

El duelo se trata solo de tu incompletitud. Esto es algo muy cruel de decir, pero es cierto que la mayoría de las personas sufrirán más si pierden todo su dinero o sustento que si pierden a su cónyuge, padre o hijo. Puede sonar brutal pero es un hecho. Es por eso que el dolor puede ocurrirte incluso sin la muerte de nadie. Las personas pueden estar en duelo simplemente porque no tienen éxito. Las personas pueden estar en duelo porque no pueden obtener lo que quieren. Las personas pueden estar en duelo si su casa se quema.

Las personas pueden estar en duelo si pierden su coche. Un niño puede estar en duelo si pierde su osito de peluche. Un niño puede extrañar más a ese osito de peluche que a su padre. Puede lamentar más la pérdida de su perro que la de su abuelo. He visto esto suceder y la gente estaba sorprendida. Pero es muy humano.

La conexión del niño con el perro es más profunda que con el abuelo.

¿Qué hacer?

Debes examinar por qué es que te sientes incompleto si pierdes a alguien. Esta vida ha llegado como un todo. Si conoces esta vida tal como es, no hay cuestión de incompletitud. Esta es una vida completa. Si esta es una vida incompleta, eso significa que el Creador ha hecho un mal trabajo. No, es un gran trabajo, mucho mayor de lo que la mayoría de la gente se da cuenta. Es un trabajo demasiado fantástico.

Si hubieras experimentado esta vida tal como es, entonces nada dejaría un vacío en ti porque esta es una vida completa. Entonces no llenarías esto con tu profesión, tu coche, tu casa, tu familia o algo más. Esta vida puede interactuar, relacionarse, estar con e incluir

tantas cosas. Pero aún así, por sí misma, es una vida completa. Así es. Si esta es la experiencia y el estado en el que estás, entonces si pierdes tu trabajo, tu dinero o alguien querido para ti, no lamentarás.

¿Significa eso que no tendrás ningún sentimiento por los difuntos? No, tendrás un inmenso amor por ellos. En este momento, cuando están aquí, siempre existe un pequeño problema entre dos personas. Sin importar lo queridos y cercanos que sean para ti, si permaneces demasiado cerca de ellos durante más de cuatro a seis horas, quieres alejarte un poco. Solo buscas una excusa y te vas al baño al menos. Necesitas una excusa para alejarte de ellos, por muy cercanos y maravillosos que sean. Cuando las personas están encarnadas, dos cuerpos no pueden estar cerca todo el tiempo. Después de un

tiempo, los cuerpos tienen que separarse. Pero cuando están desencarnados, surgirá un amor inmenso porque esta barrera del cuerpo se ha ido.

Han conocido muchas cosas juntos, han hecho muchas cosas íntimas—

muchas cosas maravillosas han sucedido entre dos personas. Pero mientras estaban vivos, sostenías algún pequeño punto en su contra y resistías. Ahora, esos pequeños puntos de resistencia se han evaporado con la muerte. Ahora, no hay problema; no hablarán, no discutirán contigo, no estarán en desacuerdo contigo. Debes ver solo el lado maravilloso de lo que eran. Tenían problemas, claro; tenían un lado desagradable. Pero todas esas cosas son solo porque tenían una mente y un cuerpo. Así que si alguien fallece, deberías estar completamente abrumado por el amor. Pero, desafortunadamente, te llenas de dolor.

El dolor es una fuerza paralizante porque deja un gran vacío en ti. Entonces no sabes qué hacer a continuación porque no has experimentado la vida tal como es.

El dolor también puede tener una base existencial. Pero esto es solo en aquellos casos donde un padre ha perdido a un hijo. Esto es más común con la madre que con el padre. Si la madre pierde un hijo menor de veintiún años, entonces hay una base existencial para ello. Más allá de eso, es puramente psicológico. La pérdida de un hijo se sufre más si el niño tiene entre cuatro y veintiún años. Hasta los cuatro años, esta memoria no está bien impresa. Después de los veintiún años, esta memoria comienza a desvincularse. Si la muerte de un niño ocurre en ese intervalo, entonces la memoria fisiológica en el padre pasa por un síndrome de abstinencia y el sufrimiento que se experimenta es muy físico. Por supuesto, esto varía de un individuo a

otro según la conexión emocional y psicológica y la dependencia.

La manifestación física del dolor también es posible entre dos cónyuges que estaban muy profundamente conectados. Cuando uno de ellos muere, entonces ocurre una cierta abstinencia en el cuerpo del otro que puede sufrir. Estas personas pueden fallecer dentro de los seis meses de la muerte de su cónyuge. Esto no necesariamente es debido a un trauma psicológico sino por la interconexión de vidas. Pero eso no siempre es cierto. Muy pocas personas llegan a estar tan cerca. La mayoría de las veces, el dolor es más psicológico que existencial. Pero lo psicológico no es menos importante. La

emoción humana es una parte poderosa de la vida de uno. Las partes psicológicas y emocionales no son menos significativas que la parte fisiológica. Es igualmente poderosa o más poderosa, diría yo.

Superando el Duelo

No lo deseamos, pero si sucede que nuestros hijos o hermanos o alguien a quien amamos profundamente muere antes que nosotros, ¿cómo superamos el duelo? Cuando hablamos de superar algo, no se trata de olvidarlo. No puedes olvidar a tu hijo. No puedes decirte a ti mismo, 'Está bien, es todo natural.' No puedes. Es cierto que algo que es muy precioso para ti, algo que significa mucho para ti se ha ido. Pero el hecho de la vida es que cuando algo se desliza más allá del ámbito de lo que llamas vida en este momento, una vez que cruza ese límite, ya no es tuyo. Quiero que entiendas que cuando tu padre, hijo o amigo está muerto, no puedes ni cuidar de ellos ni puedes ser indiferente hacia ellos. Ambas cosas son solo para los vivos. En otras palabras, han cruzado una línea de límite, más allá de la cual no es tu ámbito ni asunto.

Debes entender que tu conexión con las personas es muy física. Algunas conexiones no son físicas, pero para casi el 99.99 por ciento de las personas, sus conexiones con otras personas son todas físicas.

Alguien es tu madre, alguien es tu padre, alguien es tu esposo, alguien es tu hermano, o alguien es tu esposa, todo debido a lo físico. Puedes tener emociones adjuntas a ello, pero las emociones no significan nada en un plano existencial. Si simplemente borro tu memoria, tus emociones serán olvidadas. Les das una enorme importancia pero están muy en la superficie. Incluso tu conexión más profunda es física.

Ahora, tu hermano o amigo o hijo o padre o quien sea murió, cuando estaban vivos, ¿cuáles son las cosas que sabías sobre ellos? Su cuerpo

te era familiar. Puede que te hayan revelado algunas partes de su mente. Incluso eso no te lo habrían revelado por completo

—no tengas tales ilusiones. Te habrían revelado algunos aspectos de sus emociones. No te revelaron nada más. Ahora, cuando murieron, no llevaron su cuerpo consigo. Así que una gran parte

de la familiaridad se ha terminado. Cualquiera que fuera el contenido de su mente, la memoria de quién eres tú y quiénes son ellos también se quedó atrás. Una vez que alguien deja su cuerpo, te guste o no, ya no tienen nada que ver contigo. Puedes sentarte aquí vivo y aún pensar que alguien es tu hermano. Pero para el que ha dejado el cuerpo, no hay hermano, hermana, padre, madre—él o ella ha ido más allá de eso. Solo cuando estás encarnado, tienes una madre, tienes un padre, tienes un hermano, tienes una hermana. Después de eso, no hay tal cosa.

Cuando alguien muere, la gente piensa que debe abandonar su enemistad con esa persona y su amistad debe ser cultivada. Eso es estúpido.

Alguien que está muerto no es ni tu amigo ni tu enemigo. Se ha acabado.

El negocio ha terminado. No estás dispuesto a aceptarlo, por lo que surge el dolor. A medida que lentamente lo aceptas, el dolor disminuye, ¿no es así?

De todos modos, después de diez años los olvidarás. Generalmente, no toma diez años, pero incluso si toma diez años, después de diez años comerás bien, reirás, te divertirás, harás de todo. Estoy diciendo que mantengas once días de luto y después de eso, haces todo eso, ¿cuál es el problema? En algún lugar la gente se siente culpable de estar viva cuando alguien ha muerto. Pero tú también morirás. Solo tienes que esperar. Esto parece un enfoque muy brutal, pero ese es el hecho de la vida.

Debemos decidir en nuestras vidas si queremos una verdad que libere o queremos mentiras fantasiosas que den consuelo. Si me dices que quieres consuelo, te contaré una historia diferente. Si me dices que quieres la verdad, quieres liberarte de esto, entonces es algo completamente diferente. No es con ninguna insensibilidad que estoy diciendo esto, pero es hora de aceptarlo tal como es. Cuando ocurre la muerte, es momento de mirar atrás y apreciar lo que ha sido, y es momento de aceptarlo y mirar qué puedes hacer con la vida que está

aquí.

Ahora mismo, digamos que tu hijo o hija o nieto o alguien que era muy querido para ti falleció. En lugar de sentarte y destrozarte, ¿por qué no miras a tu alrededor? Hay muchos otros hijos e hijas y nietos que no tienen a nadie que los cuide. Hay suficiente oportunidad para que expreses este amor y cuidado de un millón de maneras diferentes. Hay tanta vida a tu alrededor que necesita este cuidado y tú tienes la necesidad de encontrar expresión para este amor y

cuidado en ti, así que por favor hazlo. Si no lo haces, tu dolor será eterno. Permanecerá embotellado y te torturará toda tu vida. Por un hijo que perdiste, puedes tomar a diez como propios y encontrar plena expresión para tu amor y paternidad. Descubrirás que se convertirá en una base para hacer tu vida mucho más hermosa de lo que sería con solo un hijo. Podrías hacerlo así. Tienes que dar ese paso.

De lo contrario, simplemente continuarás con algo que no puedes cambiar.

Quiero que recuerdes que lo que está sucediendo dentro de nosotros—no importa por qué razón está sucediendo—está siendo creado por nosotros. Si estamos dispuestos, también podemos cambiar eso. Mientras estés vivo, es importante que veas cómo contribuir a los vivos porque aparte de hacer unos pocos rituales dentro del tiempo estipulado, no hay nada que puedas hacer por los muertos. Además, si crees que la persona por la que estás llorando ha enriquecido tu vida, muestra ese enriquecimiento en cómo vives. Si vas a llorar por el resto de tu vida, entonces significa que esta persona es ahora el mayor problema en tu vida, ¿no es así? Alguien entró en tu vida y se fue—si han enriquecido tu vida, debes vivir alegremente.

Reconócelos por lo que han hecho por ti, no hagas que parezca que envenenaron tu vida y se fueron.

Quiero que entiendas: por grande que sea uno en el mundo, mañana por la mañana si caigo muerto o tú caes muerto, el mundo seguirá adelante sin problemas—

¡tal vez mejor—sin nosotros! Es bueno que la gente muera. ¿Deberíamos traer de vuelta a los muertos? Ahora mismo, tus emociones son tales que naturalmente dirás, 'Por favor trae de vuelta a mi hermano que ha muerto.' Pero ¿por qué solo a tu hermano, debería traer también a tu abuelo y a su padre y a su padre y a todos? ¿Puedes imaginar lo que le pasaría al mundo si todas esas personas se

despertaran y comenzaran a caminar? Es bueno que estén muertos, ¿no es así? No es correcto pensar que alguien no debería morir. La gente debería morir. Queremos que completen todo su curso y mueran. No queremos que tengan una muerte prematura, esa es la única preocupación. Pero esa comprensión no existe hoy en día, ya que la gente está terriblemente apegada a sus cuerpos físicos. Es por esto que incluso si tienes noventa o cien años, todavía no quieres que mueran.

Debes entender que cualquier situación que te suceda en tu vida, puedes salir de ella con mayor fuerza o puedes quedar destrozado por ella. Esta es una elección que tienes. Esta es una elección que todo ser humano tiene. No siempre tenemos la opción de si esta situación debería suceder o no. Podemos influir en ello solo hasta cierto punto, pero muchas situaciones ocurrirán más allá de nosotros. Pero cada vez, tenemos la opción de pasar por estas situaciones con gracia o pasar por estas situaciones de una manera destrozada. Esta es una elección que siempre tenemos.

Ahora, ¿es posible hacer algunos rituales para superar el dolor? Sí, podemos.

Hay cosas que puedes hacer, pero la pregunta es si vale la pena hacerlo. Debes entender que crear rituales para todo es dar pasos hacia atrás. Hacer un ritual significa que no estás dispuesto a hacer nada, solo quieres que alguien más o algo más maneje tu dolor. Cuando hay una manera, donde con cierta actitud mental y consciencia, puedes salir de eso, ¿por qué necesitas entrar en rituales? Está bien usar rituales para ciertos aspectos de la vida, pero no para cada aspecto de la vida. Si alguien querido para ti muere, debes aprender a manejarlo en lugar de esperar que un ritual u otra intervención te libere. Si alguien está en un estado tan desesperado, sí, haremos algo, pero eso no debería ser la norma para una sociedad. Se volverá muy enredado después de un tiempo.

Una de las herramientas que podrías usar para superar el dolor es realizar Kalabhairava Karma. Kalabhairava Karma te distanciará de tu Memoria Genética. Si se hace correctamente, se crea una distancia clara. De repente, está bien, porque hay una distancia entre tú y el pariente muerto. Por esto, muchas personas que vienen a hacer Kalabhairava Karma experimentan que después de eso, de repente se sienten ligeras, como si se les hubiera quitado una gran carga. Kalabhairava Karma no es un ritual para manejar tu dolor, pero debido a lo que hace, puede manejar el dolor también.

Artículos de los Muertos

Una vez, una mujer cuya abuela había fallecido unos meses antes narró un incidente que seguía molestándola. Un día, se puso

la ropa de su abuela mientras limpiaba su armario. También llevaba el anillo de su abuela que había heredado. Sentía que su abuela estaba comunicando su desaprobación de esto y había estado experimentando la presencia de su abuela a su alrededor. Además, había adoptado algunos de los hábitos de su abuela también. Por ejemplo, había comenzado a fumar, aunque no era fumadora hasta entonces. Su abuela lo era. Había algunas otras cosas así y esto la estaba molestando. Quería que la ayudara a liberarse de esto.

En general, muchas de estas cosas son la imaginación de las personas desbocada, pero a veces podría haber una base para ello. Si quieres liberarte de tales cosas, lo primero que debes hacer es dejar de relacionarte con los muertos. Necesitas entender esto: por más queridos que hayan sido para ti, por más íntimos que hayan sido contigo, en el momento en que dejan su cuerpo, su sentido general de mente, intelecto y emoción, que era la base de tu relación con ellos, ha terminado. Todas las cosas que sabías sobre ellos han terminado. Alguna otra savia sigue fluyendo, pero nunca tuviste ninguna relación con esa savia. Tu relación es con los otros aspectos. Todos esos aspectos se dejaron cuando esa persona murió. Así que lo único que haces cuando alguien muere es atesorar los momentos hermosos que tuviste con ellos, eso es todo. Si hubo algo hermoso, atesóralo, de lo contrario, olvídate de ellos. No intentes resolver tu culpa y tus problemas a través de los muertos. Puede volverse muy complicado.

Debes dejar a los muertos con los muertos. No tienes ningún asunto con ellos a menos que tengas un cierto nivel de dominio sobre tu propia vida. No deberías ni siquiera mirar en esa dirección porque podrías arruinar tu vida completamente tratando de hacer algo tonto. Y de todos modos, no importa cuán apegada estuviera tu abuela a su ropa y cualquier otra cosa, solo podía usarla mientras tenía un cuerpo y sabes claramente que lo ha perdido. Así que no tiene uso para ello. Alguien que no tiene un cuerpo no tiene ningún negocio con la comida o la ropa o cualquier cosa. Solo si tienes un cuerpo debes ir hacia la comida y la ropa. Una vez que pierdes tu cuerpo, ¿qué asunto tienes con la comida y la ropa? Incluso cuando tienes un cuerpo, no deberías ir demasiado hacia eso, pero al menos tienes una buena excusa para hacerlo.

Debes cubrirlo al menos, así que quieres cubrirlo bien, eso está bien.

Pero cuando has perdido el cuerpo, ¿sobre qué te vas a poner ropa y caminar?

En general, cuando hay muchas emociones mezcladas en la situación, habrá muchas cosas que sucederán dentro de ti y fuera de ti.

Cuando vayas al lugar de tu abuela, solo haz el trabajo que necesita ser hecho, haz tu sadhana, estate con tu abuelo que todavía está vivo y deja de tratar de estar con los muertos. Mira cómo enriquecer tu vida y la vida de tu abuelo por esos pocos momentos que estás allí, en lugar de hacer todo tipo de cosas fantasiosas con tu abuela.

Es posible que haya un cierto elemento residual de tu abuela que haya quedado en su ropa. Y pueden causar algunas cosas. Pero no hay necesidad de jugar con eso. Todas estas cosas se cuidaban en la India mediante varias costumbres que se incorporaron a la cultura. La gente aceptaba estas cosas como un acontecimiento normal. Cuando una persona moría, toda la ropa que estaba en contacto cercano con el cuerpo de esa persona se quemaba. Nunca se guardaban. La ropa que la persona usaba ocasionalmente se daba solo a un pariente consanguíneo, a nadie más. E incluso en tal caso, la ropa no se usaba durante el primer año.

Estas cosas se hacían porque una cierta cantidad de nuestra energía entra en lo que sea con lo que estamos en contacto. Si le das una cierta clase de oportunidad, esta ropa comenzará a comportarse de manera extraña. Tu abuela no necesita venir, esta ropa comenzará a actuar de manera extraña por sí sola. Estás familiarizado con la electricidad estática, donde la ropa acumula cargas eléctricas al estar en contacto con ciertas sustancias. De manera similar, cualquier cosa que esté en estrecha asociación con tu cuerpo recibirá una cierta cantidad de tu calidad. La primera preferencia de las personas que quieren hacer algunas prácticas ocultas sobre ti es conseguir tu cabello o uñas. Estas son en realidad partes del cuerpo que se descartan periódicamente, por lo que es fácil obtener acceso directo a ti a través de ellas. Si no pueden conseguir eso, lo siguiente que buscan es alguna ropa que esté en contacto cercano con tu cuerpo. De estas, el primer objetivo es la ropa interior. Es por esto que las personas solían tener un enorme cuidado para asegurarse de que su ropa interior nunca estuviera accesible para otros. Hoy en día todo va al lavandero, de lo contrario, tradicionalmente, en nuestros hogares, todo se ponía en una cesta cubierta.

Debía lavarse dentro de la casa, nunca sacarse porque con esta ropa misma, la gente puede hacerte cosas. Es debido a esta cualidad que

estas ropas llevan que incluso cuando una persona muere, su ropa puede chisporrotear un poco si una cierta clase de energía está presente.

Ha habido casos en los que las cosas realmente se movieron.

Especialmente las cosas que usaban íntimamente, comienzan a moverse por aquí y por allá por sí solas. No es que esta persona haya venido y movido las cosas. Es solo que la energía que estaba asociada con esos objetos se está retirando. En el proceso de retirada, habrá un poco de movimiento adicional. Es como cuando apagas el motor de tu coche, cuando está apagándose, hace un pequeño temblor adicional en el coche.

Se está deteniendo, así que en realidad debería retroceder, pero eso no es lo que ocurre.

De manera similar, cuando la vida cambia de un modo a otro, habrá una pequeña reverberación adicional. Ese temblor adicional se confunde con fantasmas caminando por todo el lugar.

Si haces algo como el Kalabhairava Karma por esta persona, asegurará que no quede ningún residuo de esa persona. Ahora, los muertos pueden ser empacados y enviados y los vivos pueden continuar con su vida. Si los vivos se involucran con los muertos, perderán su vida de muchas maneras. Todo este asunto espeluznante es algo intrigante, pero puede consumir tu vida de muchas maneras diferentes que no serán muy agradables. Esto no significa que algún muerto esté tratando de absorber tu vida. No. Solo tu involucramiento con los muertos puede hacer eso. A menos que estés suficientemente establecido y poseas un cierto nivel de capacidad, no deberías mirar en esa dirección. No es necesario.

Muerte Empática

Esto ocurre con algunas aves, también ocurre con animales y seres humanos: si eran una pareja o estaban muy cercanos, cuando uno de ellos muere, dentro de tres a seis meses, el otro también morirá. Una razón por la que esto ocurría es porque en India, cuando las personas se casaban, sus energías se unían de cierta manera. Esto era en un momento en este país cuando la tradición no permitía la separación. En ese momento, las personas se tomaban la libertad de unirlos a nivel de la energía porque de todos modos la pareja no se separaría. Estas cosas no deben hacerse así porque sí.

Tal vez sepas esto: en India, tradicionalmente, se requería que las

mujeres usaran anillos en los dedos de los pies después del matrimonio. En Tamil Nadu, se llama *metti*. Esto se debe a que se suponía que el matrimonio era una experiencia tan grande para la mujer que existía la posibilidad de que ella dejara el cuerpo.

Por lo general, se casaban a la edad de ocho o diez años. El esposo y la esposa vivirían separados y no se verían hasta que tuvieran catorce o quince años. Durante este período, mientras el niño era entrenado y condicionado fisiológica y psicológicamente para proteger a esta persona que se le dedicaba, la niña (siendo más emocionalmente competente) era condicionada emocional y psicológicamente para creer que su esposo era su Dios. Esta posibilidad se construía en su mente.

Solo cuando estaba físicamente madura, la llevaban al hogar conyugal. Así que cuando llega y conoce a su esposo, sería una experiencia tan grande para ella que su vida explotaría dentro de ella. En ese momento, era posible que pudiera salir de su cuerpo. Para evitar esto, le ponían algún metal en el cuerpo de la niña, en forma de metti. Usar metal en el cuerpo siempre previene tal accidente. Esto también se hace cuando ponemos a las personas a través de ciertos tipos de sadhana. Se les da un anillo de metal o una pulsera o algún ornamento similar. No se supone que lo retiren sin el permiso del Guru. Esto es para evitar que accidentalmente salgan de su cuerpo.

En esta cultura, ya sea en los negocios o en el matrimonio o teniendo hijos o familia, todo se utilizaba como una herramienta hacia tu Liberación y mukti. Debido a esto, criaban a la niña y al niño recién casados de tal manera que durante cuatro a seis años no se habrían visto, pero se les hacía creer que cuando se encontraran, algo muy grande iba a suceder. Así que en la mente del niño, esto crecía como una posibilidad tan grande. No se trataba solo de dos cuerpos encontrándose, no solo de dos mentes y emociones encontrándose, hacían un cierto proceso donde el matrimonio era la unión de dos vidas en una sola.

Cuando una mujer se casaba, llevaba algo llamado *mangalsutra* alrededor de su cuello. *Mangal* significa auspicioso, *sutra* significa hilo. El mangalsutra es un hilo energético que se supone que debes reemplazar cada año. Alguien que sabe lo que es te da un mangalsutra vivo, que coincide con las energías del esposo y la esposa de tal manera que no solo están unidos en cuerpo, mente y emoción, sino que también están unidos como dos vidas.

Es como, si tienes el tipo correcto de sutra, tu cometa volará bien.

De manera similar, el mangalsutra era para hacer tu matrimonio más significativo y exitoso. Pero hoy las personas usan gruesas cadenas de oro que no pueden ser reemplazadas en lugar del mangalsutra. Ese sutra era para hacerte volar en el matrimonio, pero esta cadena de oro es un símbolo de esclavitud. Desafortunadamente, este es el cambio que ha ocurrido.

En esos días, la gente entendía que en un matrimonio, cómo los cuerpos, las mentes y las emociones coincidían no era importante. Lo importante era que dos vidas se entrelazaran de tal manera que hubiera un tipo de vínculo.

Para esto, empleaban muchas herramientas. Muchas parejas nunca habrían hablado entre sí antes del matrimonio, pero cuando se casaban de esta manera, su matrimonio creaba un vínculo que era inexplicable porque el matrimonio era un proceso científico de unir dos vidas de tal manera que no había cuestión de incompatibilidad. No importaba incluso si te casabas con un diablo. Aún te unías y te sentías extasiado dentro de ti, simplemente por la unión dentro de ti y no por lo que la otra persona estaba haciendo. Cuando eres así, lo que haga tu esposo o esposa era irrelevante. Solo la manera en que eras era una experiencia explosiva. Como la experiencia humana es 100 por ciento desde dentro, uno podía alcanzar las cimas de la vida independientemente de la calidad de su pareja.

Como el matrimonio se hacía de esta manera, cuando una persona se iba, muchas veces, la otra persona también se iba poco tiempo después de eso. Hoy en día hay evidencia estadística de un número desproporcionado de cónyuges que mueren dentro de los seis meses uno del otro, pero esto se debe más a la interrupción de la vida que a cualquier otra razón. Digamos que una pareja vive hasta su vejez.

Cuando uno de ellos muere, porque todos nos hemos trasladado de vivir en grandes familias conjuntas a familias nucleares, a menudo, no queda nadie para cuidar al sobreviviente. Ahora, debido a esta interrupción en su vida, el deseo de morir se vuelve muy fuerte en ellos. Mientras ambos estaban vivos, aunque ambos se tambaleaban, estaban ahí el uno para el otro. Cuando una persona muere, la otra persona simplemente quiere irse porque generalmente no hay otro apoyo, a menos que vivan con los hijos que son muy amorosos y los cuidan. Una vida siguiendo a otra en la muerte no es necesariamente por la pérdida de compañía o el desmoronamiento emocional. Dos

vidas que vivieron en conjunto, que estaban unidas energéticamente, tienden a desmantelarse en respuesta. Esto no ocurre a nivel del

pensamiento; es más profundo que eso.

Muerte a Gran Escala y Sus Consecuencias

Vimos que si ocurre una muerte violenta o antinatural, entonces el ser ronda y esto a su vez impacta el lugar. Ahora, en caso de guerras, donde muchas personas son asesinadas violentamente, ¿hay consecuencias negativas en ese lugar? Esto debe ser visto en dos partes: si miras las guerras antiguas, se peleaban con espadas y lanzas con hombres corriendo a toda velocidad unos contra otros. No creo que haya mucho miedo en una situación así. La muerte y la destrucción ocurrieron bastante rápido. Esto es a menudo cierto incluso con la guerra moderna. En ese sentido, no hay mucho residuo de este tipo.

Solo si les diste una oportunidad de tener miedo, si fueron acorralados o algo, entonces estaban aterrorizados. Pero esto no sucedió a gran escala en las guerras antiguas. Sin embargo, si tomas la Primera Guerra Mundial o incluso la Segunda Guerra Mundial, la mayor parte se peleó en las trincheras. Esas trincheras eran lugares terribles de miedo. La gente estaba fría y hambrienta, sus dedos y dedos de los pies eran comidos por la congelación, dolor y todo eso. Su miedo era porque estaban sentados allí, esperando morir. En cambio, si salías con tu rifle, gritando, entonces o tú morías o el enemigo moría.

Esto sería diferente. Esto es como un accidente de coche. Si estás conduciendo a toda velocidad y de repente *¡boom!* —o ellos mueren o tú mueres. Pero cuando estaban sentados y esperando en esas trincheras, solo un pequeño porcentaje de hombres no tendría mucho miedo; estas eran personas que tenían una visión más amplia de que estaban haciendo esto por su país y todo eso.

Sin embargo, hubo muchos otros que no tenían tal sentido de sacrificio, sino que simplemente se convirtieron en peones en el juego de la guerra. Se habrían preguntado por qué demonios nacieron en este país porque ahora estaban en las trincheras y podrían ser asesinados en cualquier momento. Tales personas habrían estado en un miedo extremo.

Ya sea que murieran o no, ese miedo habría dejado una enorme fuerza negativa. Creo que Europa ha visto ese tipo de miedo y sufrimiento a largo plazo más que cualquier otra tierra en el planeta. Tantas vidas

desmoronándose tendrá un impacto en cualquier lugar. Pero cuando la gente muere de miedo a gran escala, pueden ocurrir manifestaciones

muy mórbidas. Puede ser psicológico y mezclado con lo que la gente experimenta en términos de vida o agitación energética. Sobre todo, una cosa que ocurrirá es que no conocerán la alegría, no conocerán el amor. Estas dos cosas se volverán difíciles cuando todas estas cosas suceden a tu alrededor. Pueden conocer la pasión, pueden conocer la sexualidad, pueden conocer los placeres, pero no pueden conocer la simple alegría y el simple vínculo de amar a alguien. Así que se manifestarán expresiones complicadas de los simples rasgos humanos de querer ser feliz o amoroso.

Algo así se dice en el Mahabharata después de Kurukshetra. 2 La guerra de Kurukshetra fue una guerra terrible. Se dice que más de 100,000

personas murieron en la guerra. Para la población de aquellos días, 100,000 personas es un número enorme de morir, eso también solo con espadas y flechas. Si tienes que matar a 100,000 personas sin bombas, sin pólvora, solo con espadas y flechas, entonces la cantidad de lucha que ocurrió debe haber sido enorme. Lo extraño es que sabemos tanto sobre la guerra y hay relatos detallados de cada pequeña cosa que sucedió allí. Después de la guerra, los Pandavas gobernaron el reino durante treinta y seis años, pero no escuchamos una sola palabra al respecto. En toda la historia, la verdadera historia debería haber sido después de la guerra porque por eso lucharon la guerra, para decidir quién debería gobernar y cómo, pero no se escucha una sola palabra al respecto porque no ocurrió nada significativo en sus vidas.

No vivieron una vida alegre. Simplemente vivieron y gobernaron. Debieron haber hecho algo por el reino, tal vez expandido, pero nada significativo. Nada significativo ocurrió en la experiencia humana porque había una cierta esterilidad en sus vidas. Esto no sería solo para esas cinco personas y su familia, sino también para toda la población. Esto no fue porque fueron afectados psicológicamente por haber perdido a alguien. Sí, ese impacto también habría estado allí, pero sobre todo, fue solo el efecto de la carnicería de la muerte por todas partes.

Hoy en día, dicen que porque el lugar estaba tan empapado de sangre, es bueno morir en Kurukshetra. La gente va allí a morir porque cree que es un buen lugar para morir. Tal vez alguien inventó esto o tal vez es bueno, no lo sé. Pero en ese momento, definitivamente, las siguientes generaciones después

de eso tendrían esta carnicería de muerte en su samskara. 3 Así que

nunca podrían haber conocido realmente la alegría de vincularse con las personas, ni la simple alegría de vivir. Habrían trabajado duro, habrían construido y habrían hecho cosas. Aquí y allá, habrían reído, habrían vivido, habrían conocido todo, pero no habría habido un verdadero sentido de alegría. Esto siento que es el caso con las naciones europeas, excepto en la parte sur.

¿Puede esto deshacerse? Sí, puede. Crear muchos espacios consagrados sería una forma de hacerlo. Si creas espacios consagrados realmente poderosos que estén estratégicamente ubicados, definitivamente podría deshacer mucho. Pero no hay nada como *Gnanam, Dhyanam, Anandam!* 4 Gnanam es conciencia sobre la verdad. Dhyanam es meditatividad. Anandam es dicha, que es una consecuencia de los dos. Realmente, estas cosas no son simplemente eslóganes. ¡Pueden cambiar el mundo!

Periodo de Luto

En muchas culturas, había estipulaciones sobre lo que las personas que estaban estrechamente relacionadas con el fallecido debían y no debían hacer durante un cierto período de tiempo después de la muerte. Esto era principalmente para crear una distancia kármica entre los vivos y los difuntos para que ambos pudieran continuar sus respectivos viajes sin muchas trabas.

En una sección anterior 5 vimos cómo creamos runanubandha con todos y todo lo que interactuamos en nuestras vidas. Pero el runanubandha no está al mismo nivel para todas las relaciones. Entonces, dependiendo de la fuerza del runanubandha, en esa medida, la muerte de una persona afecta a otra persona. Por ejemplo, a veces, sin saber por qué, alguien se despierta por la mañana sintiendo un vacío en el estómago. Esto podría deberse a varias razones, pero también es posible que alguien con quien tienes un fuerte runanubandha esté en algún apuro o haya muerto o lo que sea. Puede que no conozcas a esta persona, puede que nunca la hayas conocido, pero así, tu sistema está reaccionando a lo que le está sucediendo a esa persona. Es muy posible. El problema de hablar sobre estas cosas es que las personas comenzarán a imaginar todo tipo de cosas. Mañana, si alguien no se siente bien, en lugar de ver a un

médico o examinar lo que no hizo bien el día anterior, comenzarán a imaginar que alguien a quien aman debe haber muerto en algún lugar y comenzará todo tipo de confusión.

En India, hay una tradición peculiar de duelo que depende de estar

relacionado genealógicamente con la persona fallecida de una manera particular. Se supone que tales personas deben evitar ir a templos o participar en eventos sociales o celebraciones durante cuarenta días. Esto se debe a que, en la antigua India, seguían el sistema de *kula*, que es como un clan, pero con una base mucho más genética. Los kulas se crearon principalmente para mantener un camino genético claro a través de las generaciones. A través de esta conexión, crearon runanubandha a nivel físico y genético también. Los kulas se mantenían y sostenían principalmente mediante la creación de *Kula Devatas*, o la deidad del kula. Cada kula tenía una deidad con rituales específicos relacionados con esa deidad. En tiempos antiguos, no todos iban a cada templo. Había algunos templos que eran para el bienestar general, que todos visitaban. Pero para propósitos específicos, las personas solo iban a su Kula Devata.

No solo eso, si se mantiene un cierto tipo de camino genético, puedes crear cierta energía que viaja a través de la pista, impactando a todo el clan. Incluso ahora, esto está sucediendo hasta cierto punto, donde la ciencia médica está desarrollando medicamentos específicos para ciertos tipos de ADN. En el futuro, probablemente solo rociando un medicamento en el aire, todas las personas que tengan ese tipo de ADN se beneficiarán instantáneamente.

De manera similar, es posible hacer cosas espiritualmente beneficiosas para todo el clan, a lo largo de generaciones, simplemente haciéndolo en un solo lugar. Por ejemplo, cuando se mantenían los kulas, no todos en el kula necesitaban ir al templo. Si una persona iba y rezaba, o se hacía un gran ritual, todos podían beneficiarse, ya sea que estuvieran presentes físicamente en ese espacio o no, porque todos estaban conectados y la energía se movía a través de esa conexión.

Durante miles de años, las personas mantuvieron la pista genética a su manera. Nunca mezclándola, nunca haciendo nada que perturbara la pista, para que la descendencia se mantuviera bien. Tenían sistemas completos sobre cómo casarse, casarse entre sí y no casarse dentro de su propio clan. Todas estas cosas crearon un runanubandha muy fuerte, que aseguraba la supervivencia y el bienestar de ese clan. Hoy en día, el kula se entiende como

casta y solo reaccionamos a algunas atrocidades que se han cometido en ese nombre. Pensamos que todo debe ser desmantelado.

De todos modos, todo está roto y desaparecido ahora. Hoy en día, el material genético de las personas está todo mezclado. La sociedad ha cambiado. Hoy en día, tu hijo puede enamorarse de la chica de al lado

y ella puede ser de cualquier casta, religión o raza. Así que no funcionará de la misma manera. Hoy en día, tus elecciones se han vuelto más importantes que mantener ese tipo de cosas. Entonces, esas cosas se han vuelto irrelevantes. No puedes revivir eso, pero había una ciencia profunda con inmensos beneficios en ello. Funcionó fenomenalmente para algunas sociedades que lo mantuvieron. Cuando las cosas se mantenían así, no visitar templos en un cierto momento era algo muy relevante. Era una comprensión maravillosa de la vida, una comprensión fabulosa de la genética y cómo funciona.

Cuando el sistema de kula todavía era relevante, si había una muerte en el kula, todos los miembros del kula que estaban relacionados con la persona fallecida de cierta manera eran invitados a no ir al templo durante cuarenta días después de la muerte. Esto tiene sentido solo para el templo de Kula Devata. Esto se debe a que querían evitar la posibilidad de que la deidad confundiera a la persona con el fallecido debido a la estrecha semejanza del material genético con esa persona. La deidad puede reconocerte a ti y a la energía del fallecido como la misma y podría perturbar tu sistema; podría causar desestabilización de tu cuerpo. En casos extremos, incluso podría causar la muerte. Entonces, cuando esa energía está rondando alrededor de ti, no vas a tu Kula Devata, pero puedes ir a un templo de Shiva o a un templo de Kalabhairava.

Memoriales, Samadhis y Pirámides

Construir memoriales para las personas que nos son queridas o aquellas que tuvieron cierta importancia o prominencia, después de su muerte, es común en todas las culturas del mundo. El famoso Taj Mahal de India, por ejemplo, es un memorial construido por un rey en memoria de una de sus esposas. Esta es también una forma de manejar el dolor.

Estos memoriales también tienen un significado social y político donde ayudan a construir nuestras identidades. Sin embargo, más allá de estas razones, ¿hay

alguna necesidad o significado existencial en ello? Eso depende de muchos factores.

Una vez sucedió: un niño de cinco años acompañó a su madre al cementerio. Nunca había estado en un cementerio en su vida. Mientras su madre rendía sus respetos en una tumba en particular, el niño fue por todos lados leyendo todas las inscripciones en las lápidas. Luego regresó a su madre y le preguntó: ‘Mamá, ¿dónde entierran a

todas las personas horribles?' Cada lápida declaraba que esta era la persona más maravillosa, ¡así que quería saber dónde enterraban a los horribles!

Generalmente, las personas quieren tener buenos recuerdos de las personas que han muerto, por lo que sus memoriales también dicen cosas buenas sobre ellos. Pero en India, la gente creó otro tipo de memoriales llamados samadhis. Hay cierto significado espiritual en tales samadhis y la gente va a un samadhi no solo para recordar a los muertos o rendirles homenaje, sino también para estar en su presencia y meditar.

En India, si alguien moría de cierta manera, la gente reconocía que había un beneficio en preservar ese lugar y querían hacer que las energías que dejaron atrás estuvieran disponibles para las personas. Por ejemplo, está el samadhi de Vijji en el Centro de Yoga. Si simplemente te sientas allí, verás que el samadhi tiene su propia aura y energía debido a la forma en que dejó su cuerpo. Es como un solvente. Es una especie de energía disolvente.

Generalmente, a ciertas personas les digo que no se sienten allí por mucho tiempo porque es una energía que puede quitarte el cuerpo. Puede disolverte lentamente. Se configuró con la intención de que hubiera una esquina en el Centro de Yoga que nutriera un tipo de energía completamente diferente. Es suave y sutil. También es muy hermosa y placentera. Si simplemente te sientas allí sin aspirar a nada o relacionarte con nada o tratar de imaginar cosas, puede darte una sensación de no tener cuerpo. Para alguien que está haciendo sadhana, es bueno estar en esos espacios. Ese espacio es fundamentalmente del Anahata Chakra. Mucha gente va allí probablemente por curiosidad, pero si miras a las personas que van allí regularmente, son un tipo de personas. Son personas orientadas al Anahata que son naturalmente atraídas a eso. Prefieren sentarse en el samadhi en lugar de en el Dhyanalinga simplemente porque son de un cierto tipo.

Hay muchos lugares así en India. Uno de esos lugares es Kumara Parvata, cerca del templo Kukke Subramanya en los Ghats Occidentales, Karnataka. Se cree que el hijo menor de Shiva, Kartikeya, o Subramanya, como se le conoce fuera de Tamil Nadu, dejó su cuerpo en la cima de esta montaña. Era un feroz guerrero yogui que desataba destrucción donde percibía injusticia. Se dice que un día se dio cuenta de la inutilidad de sus acciones y decidió ponerle fin. Lavó su espada ensangrentada por última vez en el río al pie de Kumara Parvata y subió la colina. Nunca bajó—dicen que dejó su cuerpo en la cima de la montaña. Se dice que era un yogui tan

accomplished que dejó su cuerpo en posición de pie. Sus energías están muy intactas allí incluso hoy en día.

Hace unos veinte años, fuimos allí con un grupo de residentes del Centro de Yoga. A mitad de la montaña, hay una casa que pertenece a dos hermanos que viven allí. Las personas que suben la montaña generalmente acampan allí en su camino de subida y bajada. Una vez que llegamos a ese lugar, supe que no podría llegar a la cima. Las energías allí eran tan intensas que sabía que mi cuerpo no podría soportar este tipo de energía durante esa fase de mi vida. Esa noche, no pude acostarme y dormir. Cada vez que intentaba sentarme o acostarme, mi cuerpo simplemente se erguía. Estaba en una tienda de campaña y mi cuerpo se erguía, desmantelando la tienda misma. Así que terminé de pie toda la noche.

Otra experiencia similar sucedió cuando estaba en un pequeño pueblo en Tamil Nadu llamado Velayuthapalayam. Estaba conduciendo un programa allí y me quedé en una casa frente a una pequeña colina. En Tamil Nadu, es seguro que habrá un templo en la cima de cada colina. Muy pocas cimas de colinas están desocupadas. Así que también había un templo en la cima de esta colina y todos los días veía a la gente subir y bajar. Fui a este pueblo unas cuantas veces, pero nunca subí esa colina.

Luego me dijeron que había una cueva allí y que algunos monjes jainistas se habían quedado allí hace unos 2400 años y que un rey local había tallado camas para ellos en la roca. Pensé en esto—2400 años atrás significaba que podrían ser discípulos directos de Mahavir [6] o justo después de eso. Así que ahora estaba interesado.

Un día, subí la colina. Era como un nido de pájaro, precariamente ubicado en la cima de la colina, en medio de algunas grandes rocas. El lugar no estaba bien cuidado, se utilizaba para todo tipo de cosas.

Había botellas vacías de alcohol y cosas por el estilo. Las paredes estaban todas desfiguradas con esas feas proclamaciones de amor que se encuentran comúnmente en la India: 'PKT ama a SKP' y tonterías como esa. En una esquina, vi las camas talladas en la roca. También había pequeñas protuberancias de 2 pulgadas para las almohadas. Me senté en una de esas camas y mi cuerpo literalmente saltaba hacia arriba y hacia abajo. Dije: 'Este es un lugar cargado. Límpienlo, vendremos a dormir aquí por la noche.' Esa noche, unos nueve de nosotros subimos con colchones para dormir en esa cueva. Nadie durmió un momento porque la energía estallaba allí de maneras extrañas. Y pude ver claramente que la persona que solía acostarse en la cama en la que me tocó dormir no tenía pierna debajo de la rodilla izquierda. Lo que había sucedido, no lo sabemos, pero no había pierna izquierda. Deben haber sido personas tan intensas que sus energías rebotaban distintamente allí, incluso después de más de 2000 años.

Hay muchos más lugares así en la India. Algunos se mantienen con cierta reverencia, pero la mayoría son anónimos y descuidados. Si quieres experimentar una energía así en una escala mucho mayor, más multidimensional, debes subir a la Séptima Colina de las Montañas Velliangiri. Sadhguru Sri Brahma dejó su cuerpo allí a través de todos los siete chakras. Así que el lugar es explosivo en términos de energía incluso hoy en día. Es algo que uno debe experimentar. Es una dimensión y una posibilidad tremenda.

Sin embargo, para las personas que llevaron una vida ordinaria y murieron, si quieres recordarlos y honrarlos, eso depende de ti. Pero debes saber que es mucho terreno. Es una cierta emoción y estás haciendo una inversión de tu emoción. Puede que no tenga ninguna significancia existencial.

Toma el Taj Mahal, por ejemplo. Al menos Shah Jahan construyó algo hermoso. ¿Está reverberando con la energía de su esposa, Mumtaz?

Nada de eso. Es una hermosa pieza de artesanía que construyó. Es una joya.

Nadie va allí para llorarla. La gente solo va allí para disfrutar de la artesanía. Su nombre puede estar escrito en algún lugar, pero existencialmente el monumento no tiene nada que ver con él o ella en este momento. Tiene algo que ver con las personas que trabajaron en él, sin embargo.

Los antiguos egipcios llevaron todo este asunto de los monumentos conmemorativos a otro nivel. Las pirámides de Egipto son quizás el

intento físico más grande y espectacular jamás realizado para conectar el aquí con el más allá.

Se ha invertido una tremenda cantidad de pensamiento, ingeniería y esfuerzo en construirlas. En términos de fisicalidad, quizás ningún otro esfuerzo humano para asegurar el bienestar de los muertos sea tan desesperado. Entonces, ¿cuál sería el valor espiritual de estas pirámides? ¿Hasta qué punto aseguran el bienestar de los fallecidos? ¿Es este esfuerzo digno de emulación en los tiempos actuales?

Los egipcios comenzaron a construir pirámides porque estaban muy orientados a la muerte. Viene de su obsesión con el placer. La muerte y el placer están muy directamente conectados. La gente siempre piensa que la vida y el placer están conectados. No, la muerte y el placer están muy directamente conectados. Las pirámides son solo un aspecto de lo que construyeron. También construyeron algunos templos muy fabulosos, pero las pirámides se han vuelto muy populares debido a algunas personas modernas orientadas a la muerte que escribieron libros sobre ellas.

La cualidad básica de la pirámide es la preservación. Algunas personas están promoviendo la pirámide como un proceso meditativo. Una pirámide no tiene nada que ver con la meditación. Sentarse dentro de una pirámide y meditar es solo ignorancia. Si lo estás haciendo por razones de salud, está bien. Definitivamente apoya la salud, pero si la gente piensa que sentarse dentro de una pirámide y meditar los llevará a niveles superiores de conciencia, es una noción muy equivocada. Con la pirámide, puedes crear salud, unidad orgánica, y tal vez puedas aumentar tu esperanza de vida hasta cierto punto, pero no es un proceso espiritual. No ayuda a los muertos de ninguna manera, excepto en la preservación del físico.

Las pirámides funcionan debido a su geometría. Incluso si haces una pirámide de papel cuyos ángulos son exactamente 51.5 grados en todos los cuatro lados y en la parte superior, funcionará. Puedes colocar una verdura dentro y verás que lo que normalmente se pudriría en unos tres días aún no se habrá podrido incluso después de tres semanas. Se habría encogido, marchitado, pero no podrido. Esto se debe a que si creas una forma piramidal, el Vyana Vayu queda atrapado allí naturalmente. Vyana Vayu está a cargo de la función preservativa del cuerpo. Así que algo puede ser preservado por mucho tiempo, si puedes mantenerlo. Así es como las momias fueron preservadas durante miles de años.

En la India, preservar el cadáver es lo último que queremos hacer. La

regla es que si alguien muere, dentro de cuatro a seis horas después de la muerte, debes cremar el cuerpo. Tradicionalmente, decían, una vez que ha ocurrido la muerte, para el próximo anochecer o amanecer, lo que ocurra primero, el cuerpo debe ser cremado. Destruir el cuerpo inmediatamente es muy bueno tanto para los muertos como para los vivos. Preservar el cuerpo es solo una tortura para la persona que ha partido.

PARTE III

La vida después de la muerte

El Oscuro

Cuando escuché por primera vez los sonidos de

La oscuridad y el silencio encontrándose dentro de mí

La pequeña mente argumenta por la luz

La virtud, el poder, la belleza

La luz un breve acontecimiento no pudo retenerme

La oscuridad total me atrajo

La oscuridad, la eternidad infinita

Empequeñece lo sucedido, lo que sucede y lo que está por suceder

Eligiendo lo eterno

Oscuridad me convertí

El oscuro que soy

El divino y el diablo son solo una pequeña parte

El divino lo despacho con facilidad

Si te encuentras con el diablo, es mejor que cese

C A P Í T U L O 1 0

La Vida de un Fantasma

En cierto modo, todos son fantasmas. La única pregunta es si eres un fantasma con

cuerpo o sin cuerpo.

¿Qué son los Fantasmas?

Los fantasmas son parte del folclore de cada cultura en el mundo. Quizás ningún niño en el mundo crece sin escuchar una gran dosis de historias de fantasmas—sobre sus vidas, hechos e idiosincrasias. Entonces, ¿qué son estos fantasmas?

¿Cómo surgieron? ¿Cuál es la base de su existencia?

¿Por qué están siquiera por aquí? Esta falta de comprensión se debe a

que, en este momento, solo entiendes la encarnación como vida. No porque seas obstinado, sino simplemente porque esa es tu experiencia de vida. Pero la vida se extiende más allá del cuerpo también. Es por eso que tienes lo que generalmente se conocen como fantasmas.

Una vez sucedió: había un hombre muy tímido. Fue admitido en un hospital para un chequeo médico. Una enfermera muy bonita lo atendió. Le tomó la presión arterial, le hizo un análisis de sangre, análisis de orina, enema y todo. Ella salió por un tiempo y, mientras tanto, antes de que él pudiera levantarse de la cama, sus intestinos se rebelaron contra todas las atrocidades cometidas sobre ellos, y sucedieron cosas en la cama. No pudo controlarse. Siendo un hombre muy tímido, estaba demasiado avergonzado. No quería que la bonita enfermera viera este desastre. Cuando escuchó los pasos de la enfermera acercándose, simplemente agarró todas las sábanas de la cama y las arrojó por la ventana del quinto piso.

Abajo, un hombre regresaba a casa de una fiesta. Es un mundo tan injusto, ya sabes, se espera que un hombre camine recto en un planeta redondo mientras la maldita cosa gira. Con gran dificultad, caminaba de lado y las sábanas cayeron sobre él y lo cubrieron. Gritó y luchó contra estas sábanas. Le tomó unos minutos quitárselas

de encima. Para entonces, llegó la seguridad corriendo y preguntó: '¿Qué fue todo el alboroto?' Estaba aturdido y, mirando las sábanas, dijo: 'Parece que le he sacado la mierda a un fantasma.'

¿Qué son realmente los fantasmas? Todos los seres son una combinación de tiempo, memoria y energía. De los tres, el tiempo no está en tus manos, pero cómo vives tu vida determinará cuánta memoria y energía acumulas o disipas. Digamos que, con mucha actividad y un cierto enfoque, usas mucha memoria—la parte de Karma Prarabdha—muy rápidamente.

Ahora, si no puedes abrir el almacén de Sanchita Karma, entonces podrías tener una muerte prematura, porque la energía todavía es intensa pero te has quedado sin memoria. Una vez que te quedas sin memoria, puedes morir o volverte vegetativo. Pero generalmente morirás, porque si la memoria colapsa, hay muchas cosas que no pueden funcionar.

Sin embargo, si tu energía se agota y la memoria todavía está allí, entonces también morirás, pero continuarás existiendo como lo que llamamos un fantasma.

Un fantasma tiene una manifestación pero debido a que no hay suficiente energía para mantener el cuerpo físico integrado y en funcionamiento, el cuerpo se va.

Pero su cuerpo de memoria sigue siendo fuerte, lo suficientemente fuerte como para ser sentido por otras personas. De alguna manera, se puede decir que todos somos fantasmas. Si eres un fantasma con cuerpo o sin cuerpo, si eres un fantasma encarnado o desencarnado, es la única pregunta. Y todos los seres, encarnados o desencarnados, están viviendo sus vidas solo según sus estructuras kármicas. La única diferencia es que cuando estás encarnado, hay más posibilidad de usar tu voluntad. Eso es todo.

Lo que llamas fantasmas son aquellos seres que dejaron su cuerpo, usualmente, de una manera no natural. Tenían un fuerte Karma Prarabdha sin terminar, pero murieron ya sea por un accidente, una enfermedad, un suicidio o un asesinato.

De alguna manera, el cuerpo se rompió tanto que ya no podía sostener la vida. Tales seres tendrán una presencia más densa y sus tendencias son muy fuertes. Son activos de una manera que puedes sentirlos o incluso verlos más fácilmente. La existencia en forma de fantasma o la vida de un fantasma, si quieres llamarlo así, se considera indeseable porque puede extenderse innecesariamente por mucho tiempo. Digamos, esta persona que ha muerto tenía una cantidad de Karma Prarabdha sin terminar cuando murió. Si estuvieran en el cuerpo físico, tal vez su Karma Prarabdha

habría durado otros veinte años. Ahora que no hay cuerpo físico, la disolución del karma es solo por tendencia, no por acción consciente. Como resultado, la vida puede durar 200 o 2000 años en lugar de durar veinte años.

Un fantasma generalmente no puede tener intención consciente porque el intelecto se ha ido. Pero pueden funcionar por tendencia. Digamos, cuando la persona estaba viva, su tendencia era pellizcar a la gente. Incluso después de que su cuerpo se haya ido, seguirá queriendo pellizcar. No importa a quién, solo querrá pellizcar. Digamos, había alguien que se reía toda su vida.

Su fantasma también se reirá. Esta acción ocurre por tendencia, no por intención consciente. Si te encuentras con fantasmas, debido a tus propias inhibiciones y limitaciones, puedes volverte realmente paranoico. Principalmente, es tu respuesta psicológica. No tiene nada que ver con ese ser.

Supongamos que ves a una persona flotando y no caminando a tu alrededor, pasarás por todo tipo de emociones extrañas. Esto no es necesario y no tiene nada que ver con estos seres. Desafortunadamente, obtienen mucha mala prensa por todo esto.

La palabra inglesa 'ghost' es un término crudo y genérico que agrupa a todos los seres desencarnados en la misma categoría. Pero son muy variados en términos de dónde vinieron, de qué son capaces y hacia dónde van. Hay algunos que perdieron sus cuerpos antes de agotar su Karma Prarabdha y están rondando. Luego hay yoguis sin cuerpos que están vagando, siempre buscando una posibilidad para su disolución. Luego hay seres celestiales que están de vacaciones.

Otros son de una dimensión completamente diferente y no tienen relevancia para tu vida. Luego hay ciertas fuerzas que la gente generalmente se refiere como Fuerzas Divinas, que pueden tomar casi cualquier forma que deseen. Así que en realidad hay una variedad de cosas y no puedes agruparlas todas juntas.

Solo para poder clasificar estas cosas, para poder reconocer una de la otra, se necesita una gran cantidad de trabajo. Tradicionalmente, diferentes niveles de existencia sin cuerpo se refieren como *bhoota, preta, pisachi, chaudi*, *yaksha*s, *kinnara*, *gandharva*, *deva*, y así sucesivamente. Están en diferentes niveles evolutivos, o podemos decir que están en diferentes tipos de vacaciones. Alguien está en primera clase, alguien está en segunda clase,

alguien está en otra clase, mientras que alguien más está en una mala condición, lo que llamas infierno. Esencialmente, todos están en algún tipo de vacaciones, pero sus vacaciones terminarán en algún momento y tomarán otro cuerpo físico. Nadie permanece como un bhoota, preta, yaksha, gandharva o incluso deva para siempre. Él o ella lo disfruta o sufre por un tiempo y luego toma una forma física nuevamente.

Para simplificar, podemos llamar vagamente a aquellos seres que son conscientes y han rechazado tomar un cuerpo y están buscando formas de disolución como seres celestiales. Todavía tienen algo de elección y discreción porque vivieron y murieron con un cierto sentido de conciencia. Los otros son seres desencarnados que simplemente funcionan por compulsión, de la misma manera que tú. Estos son los que es más probable que encuentres.

Nuevamente, para simplificar, podemos clasificarlos simplemente como tipos intensos, moderados y dóciles.

Los que son intensos tienen una presencia más activa y la gente puede sentirlo. Incluso pueden tener una forma que al menos en la experiencia de otras personas es casi física. Los tipos moderados no son así, pero podrían causar ciertas cosas a las personas. Si interactúas directamente con uno intenso, definitivamente sucederán cosas espeluznantes. Sus tendencias serán muy fuertes, por lo que se comportarán de una cierta manera. Será una reacción muy fuerte. Algunos pueden ser intensos y calmados, pero generalmente serán compulsivos de alguna manera.

Si te encuentras con los moderados, sin saberlo, las personas pasarán por algunas perturbaciones, como tal vez alguien tendrá fiebre o alguien se sentirá perturbado sin razón alguna. No es como si un fantasma estuviera sentado en tu cabeza, esa energía podría haber perturbado tu sistema porque están en todas partes de alguna manera. Muchos de ellos pueden no ser lo suficientemente intensos como para mantener una forma individual, pero están ahí. Los dóciles tienen casi ningún impacto en tu sistema a menos que seas súper susceptible, lo que algunas personas son. Esta es la razón por la que se hacen todos estos klesha nashanas, para eliminar todas esas influencias.

El problema aquí es descifrar qué es solo un fenómeno psicológico y qué es real. Es un desafío serio porque cada chiflado piensa que vio un fantasma o que un fantasma lo poseyó. Negarlo completamente sería estúpido. Aunque estos seres son incapaces

de tener intención, pueden hacer algo compulsivamente. Y hay una tendencia a buscar su propia Memoria Genética. Es posible que no se sientan cómodos en otro lugar. Quieren buscar su propia Memoria Genética. Así que pueden rondar lugares donde están estos recuerdos.

Pero, ¿están para hacerte daño? En absoluto. Estos seres no tienen tendencia a interactuar con los seres humanos, como tal. No tienen un intelecto discriminatorio para elegir, ‘Quiero interactuar con esta persona o con esa persona.’

Eso es de tus propios procesos psicológicos.

Creo que todo este problema es porque la gente ha estado proyectando que estos fantasmas están esperando y te atacarán o te harán daño de alguna manera. Todo esto es inventado por personas que quieren sacar provecho de ello, puedes llamarlos fantasmas comerciales. Es por todas estas películas que se han hecho donde la persona que murió está esperando en una nube, queriendo hablar contigo o escuchar lo que dices. Todas estas cosas han influenciado profundamente la psique

humana de tal manera que no pueden trazar una línea entre lo que es realidad y lo que está hecho en su mente. Las realidades psicológicas de las personas son tan verdaderas para ellas que piensan que eso es una verdad en sí misma. Estas cosas han dado mucha importancia a todas esas historias de fantasmas que escuchas.

Los nativos americanos mantienen un estricto código sobre los lugares donde descansan a los muertos. Una vez que crean un lugar para los muertos donde dejan los cuerpos para las aves o lo que sea, nadie entra en ese lugar. Una razón es por tu propia seguridad. Otra razón es que no quieres molestarlos.

Quieres que se sientan cómodos y que agoten su tiempo. Esta es también la razón por la que, tradicionalmente, los crematorios y cementerios están generalmente fuera de los hábitats humanos: a los muertos se les debe dar algo de espacio. Esto es algo muy sabio.

Ahora, la gente pregunta, ¿son todos los seres desencarnados formas humanas o hay también seres desencarnados no humanos? Bueno, no hay tal cosa como seres desencarnados no humanos. Por ejemplo, ¿va un saltamontes saltando sin un cuerpo? No realmente. Hay algunas excepciones a esto: las cobras son una. Ya vimos que las cobras y las vacas son capaces de tener un cuerpo sutil. 1 No es completamente lógico decir esto, pero es como decir que así como hay fantasmas humanos, también hay algunos fantasmas de serpientes que también pueden poseer a un ser humano.

En la cultura india, es conocimiento común que hay algo llamado *Naga Dosha*. 2 Naga Dosha ocurre cuando una cobra desencarnada te ha tocado de alguna manera. Una vez más, debemos entender que un ser desencarnado no tiene intención propia. Es incapaz de intenciones pero tiene tendencias. Así que cuando entras en contacto con él, puede impactarte. Cuando las personas tienen Naga Dosha, puede afectar particularmente ciertas capas de tu piel. Usualmente, en tales personas, la piel se rompe en erupciones. Parece psoriasis pero no es exactamente psoriasis. La piel comienza a desprenderse en escamas. También puede crear un sentido muy extraño de quietud y movimiento, donde si no se maneja adecuadamente puede llevar a angustia psicológica. De lo contrario, puede causar que las personas tengan serios impedimentos auditivos. He visto personas que se han recuperado totalmente de esas cosas solo haciendo Naga Pooja y cosas así.

Cuando una cobra desencarnada impacta a alguien, el período de impacto no es muy largo porque su propia integridad estructural está

en cuestión. Se desmantelará porque no tiene la integridad necesaria para sostenerse por mucho tiempo. La duración es usualmente entre veintisiete días y cincuenta y cuatro días. Eso es todo. Pero Naga Dosha, la dolencia causada por el impacto, puede durar mucho. Esto es si el impacto te ha afectado negativamente. También puede impactarte positivamente. Si te impacta positivamente, verás que la fuerza de tu columna vertebral, cómo funciona y tu percepción se verán mejoradas. Es porque la cobra desencarnada persiste por algún tiempo después de su muerte. En la India, si la gente encuentra una cobra muerta, realizan un funeral completo para el naga.

Hablando de cobras y su impacto, he experimentado ambos, positivos y negativos. Una vez me mató, 3 pero al mismo tiempo hizo mi vida de muchas maneras. Después de la consagración del Dhyanalinga, mi situación de salud era bastante mala. Hicimos muchos procesos energéticos para recuperarnos y algunas personas realmente dedicaron sus vidas a hacerme bien de nuevo, pero ciertas partes de mi cuerpo, especialmente el lado derecho, justo al lado de mi ombligo

—eran como un vacío, creando problemas. Se formaban tumores allí. Solían formarse un día y desaparecer después de unos días.

Los médicos decían que mi conteo de glóbulos rojos era excesivamente alto porque mi función hepática

estaba comenzando a fallar. Podríamos haberlo arreglado, pero necesitaba tiempo, al menos un mes o dos para mí, pero debido a mi agenda, nunca lo conseguí. Así que esta condición seguía empeorando. De vez en cuando, hacíamos pequeños trabajos de parcheo aquí y allá, pero nunca prestamos realmente la debida atención al sistema.

Una noche, en diciembre de 2001, estaba acostado en mi dormitorio en el Centro de Yoga Isha. Eran alrededor de las 4:45 a.m. y cuando abrí mis ojos vi una enorme cobra desencarnada a mi lado. Era más grande de lo normal. Su capucha estaba levantada. Siempre he mantenido una pequeña cobra de latón junto a mi cama; ellos eran los que me decían buenos días todos los días, y ahora había una grande con una capucha gigante justo allí. La estaba mirando y luego vino hacia mí y me mordió, cerca del ombligo. Cerré mis ojos. Permaneció allí por algún tiempo y luego se fue, no se volvió a ver.

La mordida causó heridas en mi vientre, cuatro marcas de colmillos, con sangre brotando. Incluso se lo mostré a algunas personas. Sin embargo, desde ese día, el espacio o el vacío se fue; este encuentro con la cobra mística o celestial lo eliminó de mí.

Problemas de Fantasmas

Aunque la mayoría de las afirmaciones sobre oír y ver fantasmas y los efectos negativos que pueden causar son en gran medida proyecciones psicológicas de las personas, existe una realidad más allá del cuerpo físico.

La mayoría de los seres desencarnados son incapaces de tener intenciones propias. Así que no pueden dañar a una persona. Sin embargo, puedes resultar perjudicado por ellos. No pueden matarte por acción directa, sino más bien poseyendo a alguien o creando ciertas situaciones de miedo que pueden ser fatales. Cuando uno es poseído por estos seres, usualmente, la muerte ocurrirá pronto, porque crearán una situación donde la persona caminará hacia un pozo o se caerá de una montaña, o algo similar. Este ser poseerá todo: tu inteligencia, emociones y tu cuerpo. Una parte de ti puede seguir luchando, pero ellos pueden simplemente caminar hacia la montaña y caer directamente. No es su cuerpo, no les duele, pero tú mueres en el proceso. Es como cuando alguien más conduce tu coche, no le importa. Lo choca contra todo y se va.

No es que puedan hacer esto a cualquier persona que deseen. Debe haber algún sentido de vulnerabilidad en esa persona. Si una persona está bien establecida, todas estas cosas no tendrán poder sobre ella. Si una persona es meditadora, si alguna cualidad de meditación ha surgido en ella, entonces no puede ser poseída por nada. No es posible, pero estos seres pueden crear terror en ti simplemente apareciendo en formas muy distorsionadas. Digamos que sales y ves a un ser distorsionado. No necesita hacer nada.

Si simplemente está ahí, es suficiente. Si alguien está ahí, llevando su propia cabeza en sus manos, es suficiente para asustarte, ¿no es así? Si estás muy equilibrado, puedes simplemente mirarlo y seguir. Entonces no hay nada que él pueda hacer. Una persona sin cabeza debería ser la más fácil de manejar—

¡pregúntale a las esposas! Pero si eres del tipo que se asusta, entonces, al aparecer aquí y allá, puede matar a una persona psicológicamente. Solo el miedo o el terror pueden matar.

Los seres desencarnados ni siquiera pueden verte como un ser físico. Te ven como una forma de energía. Puede que hayas oído que alguien fue poseído o atormentado por algún otro ser. Tal vez incluso hayas presenciado situaciones como esa. Esto usualmente ocurre solo si hay algún tipo de relación con la energía. Podrían ser de la misma sangre

y la misma sustancia kármica. De alguna manera, esos seres son atraídos hacia esta persona particular que lleva ese tipo de cosa. Digamos que alguien murió en tu familia a mitad de su Prarabdha Karma. Si resulta que llevas su ropa, sin saberlo, vendrán hacia ti. No es que te estén buscando. Es solo que esta ropa lleva, de alguna manera, una parte de su cuerpo y energía, por lo que tienden a gravitar en esa dirección.

Por eso, tradicionalmente, se decía que cuando una persona muere, nunca debes usar sus anillos. Si alguien con un fuerte Prarabdha Karma ha muerto y llevas sus anillos en tu dedo anular, se vuelve muy fácil para ese ser entrar en ti. Te vuelves muy accesible. No están tratando de atormentarte. No están tratando de hacer nada. No tienen tales intenciones. Simplemente funcionarán de acuerdo a sus tendencias, lo que será una tortura para ti de alguna manera. De lo contrario, la situación de algún ser desencarnado viniendo a atormentarte o incluso haciéndose visible para ti no se presenta.

Si te has elevado a ese nivel de conciencia donde puedes sentir a estos seres, no tendrás problemas con ellos.

Así que no necesitas hacer nada para protegerte, a menos que estés involucrado en algún tipo de trabajo que involucre a estos seres y estés tratando de atraerlos y hacer ciertas cosas con ellos. Solo entonces surge la cuestión de protegerte. De lo contrario, no tienes que preocuparte por eso. Si te vuelves meditativo, no hay nada que puedan hacerte. De hecho, se convierten en buena compañía. Si no lo eres, puedes llevar el Rudraksha 4 o un colgante de Linga Bhairavi en tu cuerpo. Estas son algunas cosas simples que pueden protegerte.

Una de las cosas que no debes hacer es usar anillos de metal en el pulgar.

Sin saberlo, en estos días, particularmente todas estas personas de la Nueva Era han comenzado a usar anillos en los pulgares. Esto es un fenómeno reciente. No sé cómo se inspiraron para hacerlo, o si es solo por casualidad y simplemente están fijando cosas donde pueden fijar algo.

En ninguna parte, en ninguna cultura, las personas usaban anillos en los pulgares. Si usas un anillo en el pulgar, atraerás ciertas fuerzas que puede que no puedas manejar. Estas fuerzas que se atraerán hacia ti no necesariamente serán agradables. Están más allá de tu comprensión y capacidad de manejo, por lo que podrían fácilmente traer enfermedades, accidentes o simplemente una severa perturbación en

la vida de uno. Así que no se debe usar metal en el pulgar. Nunca jamás. Solo aquellos que están activamente comprometidos en la hechicería o las artes oscuras usan metal en sus pulgares.

Soluciones para Fantasmas

Los seres desencarnados pueden ser atrapados. Un tántrico, o alguien que es bien versado en las ciencias ocultas, puede hacer esto. Es como cómo incluso un gran sabio como Sadhguru Sri Brahma fue encarcelado durante la era británica por un sistema social inmaduro. De manera similar, en un nivel diferente, también puedes atrapar a estos seres. Si tengo un ser conmigo que no tiene cuerpo y que no necesita transporte para ir de aquí para allá, ¿puedes imaginar cuántas cosas puedo lograr a través de ellos? Pero nunca los usaré de ninguna manera. Mi único interés es su emancipación; mi implicación con ellos es solo en ese nivel. Pero hay

personas que los usan. Pondrán al ser desencarnado en alguna persona de la cual quieren extraer algo. Ahora, esa persona hará lo que quieran.

Atraparlo todo tiene sus limitaciones también. No puedes mantener algo atrapado para siempre. Al menos cuando el ocultista muere, el ser va a ser liberado. Pero para la mayoría de las personas que están en esas prácticas ocultas, su poder no dura hasta su muerte; se va antes de eso. En algún momento, pierden su control sobre ello. Cuando eso sucede, estas cosas se van por sí mismas. Generalmente, estas cosas no rondarán donde esté ese tipo de persona. Pueden sentirlo fácilmente. Un ser no consciente o ignorante puede ser atrapado fácilmente, pero aquellos que son un poco conscientes no serán atrapados tan fácilmente. Saben qué es qué. Pueden sentir la energía a su alrededor y son muy cautelosos.

Es un karma muy negativo atrapar y usar a esos seres, porque estos seres son, en cierto modo, criaturas muy desvalidas. Es tan traicionero como abusar de un niño. Además, puede volverse en tu contra en cualquier momento. Pero, usualmente, esas personas tienen sus propios sistemas de protección. Se cuidan a sí mismos de cierta manera y lo hacen. Esto no es algo que una persona espiritual haría jamás. Pero hay personas que encuentran mucho placer en aterrorizar a alguien. Puede convertirse en un medio para obtener riqueza para ellos. Sin embargo, usualmente, las personas que usan a esos seres mueren de una manera muy horrible; les pasa factura con el tiempo.

¿Necesitan ayuda los seres desencarnados? ¿Pueden ser disueltos? Sí.

La diferencia entre los seres encarnados y los desencarnados es solo esta: cuando estás encarnado, tienes más discreción. A medida que te vuelves más consciente, ganas más discreción. Cuando tu conciencia disminuye, tienes menos discreción. Una vez que estás encarnado y estás aquí como un ser humano, puedes evolucionar o retroceder. Ambas cosas son posibles para ti. Esa es la belleza de tener un intelecto que puede discriminar y elegir. Como ser humano, si no aprovechas tu conciencia y discreción, si desperdicias la vida humana, ¡tu ganso está cocido! Sin embargo, estos seres desencarnados solo pueden existir en el nivel de conciencia en el que se fueron. No pueden ganar ni perder conciencia. Están en una especie de limbo. Es un estado estancado—como una bombilla; tiene una cierta vida útil, después de la cual se quemará. La bombilla no puede elegir cuánto tiempo quemar o

cuándo apagarse. Quema durante tantas horas y luego se apaga. Estos seres son así. No pueden evolucionar ni retroceder. Lo que tienes, simplemente lo experimentas, eso es todo. Así que incluso los seres desencarnados que son un poco conscientes pueden necesitar ayuda para progresar.

La única razón por la que pueden mantener su forma como una entidad separada del resto de la Existencia es porque hay una estructura kármica. El cuerpo físico ha sido desechado, pero el cuerpo kármico sigue intacto. Solo porque el cuerpo kármico está intacto, hay una forma y hay una individualidad en él. Ellos también tienen gustos individuales, aversiones, compulsiones y deseos. Pero esos seres desencarnados que llamamos seres celestiales anhelaban algo más elevado y llegaron allí. Pero ellos también pueden necesitar ayuda. Es así. Alguien anhelaba ser una persona rica y se hizo rico. Pero solo la persona rica conoce sus luchas, sus problemas. El hombre pobre en la calle nunca entiende que un hombre que conduce un Mercedes también podría estar luchando, pero la persona rica tiene sus propios problemas y sabe que sus riquezas no lo están llevando a ninguna parte. No están añadiendo a su felicidad. Ahora, le es más fácil entender la necesidad de volverse hacia adentro. Es un caso similar con estos seres celestiales.

Ahora, en términos de disolver ese ser, lo que hacemos es simplemente romper el karma. ¿Cómo rompes el karma de alguien? El karma se almacena a nivel de tu mente, cuerpo físico, sensaciones y energía. Una vez que alguien ha desechado su cuerpo físico, las sensaciones no existen. La mente está ahí, pero ha perdido su naturaleza lógica. Entonces, fundamentalmente, para un ser desencarnado, el karma está en el cuerpo de energía. En tiempos antiguos, las cortesanas solían

llevar joyería elaborada. Con eso, jugaban un juego elaborado con los hombres que venían a ellas. Todo su cuerpo estaría cubierto de joyas. El hombre venía a esta mujer, lleno de deseo, pero no podía quitarse estas joyas. Tomaría horas quitarlas.

De cualquier manera que intentara, no saldrían. Pero la mujer sabría el truco. Solo había un pin y, cuando lo había tentado lo suficiente, simplemente tiraba de ese pin y todas las joyas caían.

Tanto el cuerpo mental como el de energía son así. Todo tu karma está sostenido por ciertos pines. Estos pines están en ciertos puntos de tu cuerpo. De alguna manera,

podemos decir que son chakras. No necesariamente solo los siete chakras; hay otros puntos también. Así que lo único que hacemos es tirar de esos enchufes y el cuerpo kármico simplemente se colapsa. Todo tipo de charlatanes están hablando de activar chakras y hacer cosas irresponsables con ellos. Eso es muy peligroso. Si te metes con estas cosas sin saberlo, puede ser desastroso. Los chakras son como pines. Si simplemente los tiro, puedo liberarte ahora mismo, pero no retendrás tu cuerpo físico. Serás liberado, pero estarás muerto para el mundo.

Lo mismo se puede hacer para los seres desencarnados también. Todos los seres buscan la disolución, ya sea que sean conscientes de ello o no. Por sus limitaciones, miedos y malentendidos, pueden pensar que no lo están buscando, pero todos los seres buscan la disolución. Siempre. Si tu cuerpo no cayera en nuestras manos, sería tan fácil disolverte. Por eso un Gurú siempre espera hasta que tu cuerpo se vuelva lo suficientemente maduro. Cuando llega el momento de la muerte de forma natural, él interfiere y hace lo que tiene que hacer. Tal vez te haga irte unos días antes, pero tirará del pin y te disolverá completamente.

Disolver Seres Congelados

He encontrado e interactuado con muchos seres desencarnados. Una situación peculiar fue con un ser nativo americano. Los nativos americanos siempre son retratados como personas muy orgullosas, en forma y fuertes. Eran buenos guerreros, tenían gran orgullo en su cultura y eran muy rectos. Luchaba una batalla contigo hoy, y mañana, si lo llamabas hermano, estaría dispuesto a dar su vida por ti. Así eran ellos. Para ellos, matar y morir en batalla era un honor. Nunca supieron que alguien podría venir y usurpar su tierra o quitársela. Simplemente no entendían. Veían la Tierra como una

fuerza viva que los sostenía. Esta es una de las pocas culturas en el mundo que no miraba hacia arriba cuando se decía *Dios*. Miraban a la Tierra como la fuerza que los creó y los nutrió.

Si conoces la historia de Estados Unidos, al sur de Tennessee, hay un sendero llamado el 'Sendero de las Lágrimas', porque a mediados del siglo XIX, naciones tribales enteras fueron trasladadas a la fuerza hacia el oeste para liberar tierras para los colonos europeos. Así que tribus enteras caminaron. Se les quitaron sus armas

porque con armas podían ser peligrosos. Sin armas, no podían cazar para comer, así que se morían de hambre y caminaban. Los viejos y los débiles murieron. La forma de los nativos americanos era tal que si enterraban a sus muertos en algún lugar, tenían que cuidar de ese lugar. Ahora, como estaban viajando, no podían enterrar a sus muertos. Así que llevaban a sus muertos. Los cuerpos se pudrieron y se desmoronaron, y lloraron y lloraron mientras caminaban. Para cuando llegaron a sus destinos, casi el 70 por ciento de ellos estaban muertos. Así que esto se llama el Sendero de las Lágrimas.

Eran personas muy terrenales, tenían un cierto sentido de la Tierra. Para ellos, su religión, su ocultismo, sus prácticas, todo se trataba de la Tierra.

Tienen una conexión muy profunda con la Tierra. Cuando estas personas sufren, dejan charcos de sufrimiento por todas partes, y se quedan. Hace unos años, cuando caminaba por una parte de las Montañas Apalaches en Tennessee, vi a un hombre de pie, congelado en una cierta posición de desesperación y vergüenza. Vi que simplemente estaba allí de pie, con todo el atuendo de las antiguas tribus nativas, completamente congelado—

congelado en el tiempo. Siempre que veo a alguien en movimiento extremo o cuando están intensamente quietos, me involucro porque ambas situaciones son posibilidades para que yo haga algo. Las personas en movimiento extremo son una posibilidad. Las personas que están completamente quietas, también son una posibilidad. No puedo mantenerme alejado de estos dos tipos de personas. El movimiento intermedio no significa mucho.

Entonces vi que durante casi 200 a 300 años, este hombre estaba allí congelado. Vi que la situación detrás de esto era que esta persona tenía la responsabilidad y el privilegio de proteger a su hermano mayor, que era una especie de líder o jefe de la comunidad. Era como un hombre de confianza, protegiéndolo en todos los sentidos. Ahora,

en esa tradición, un hermano no necesariamente significaba que naciera del mismo padre o madre. Podías tomar hermanos de la misma manera que tomabas amigos. Este hombre tenía a este hermano mayor en gran estima y consideraba un gran privilegio caminar a su lado y protegerlo.

Ocurrió una situación donde había organizado una reunión para el jefe con algunas personas militares, los hombres blancos. De alguna manera, este jefe fue engañado y asesinado por los hombres blancos. Este hombre se sintió tan responsable que simplemente se quedó allí en absoluta desesperación, fracaso, angustia y vergüenza. Emociones tan extremas había dentro de él que había estado allí de pie durante unos siglos. Cuando lo vi, todavía estaba allí de pie. No en un cuerpo físico, obviamente, la tierra volvió a la Tierra, pero el resto de él estaba allí, tal como había estado en ese momento. Así que pensé, era hora de que siguiera adelante. Demasiado tiempo en la vergüenza, demasiado tiempo en la derrota no es bueno. Lo ayudé a seguir adelante de esa situación.

Este es un poema que escribí justo después de ese incidente.

América

La oscuridad meditabunda de estos bosques

Alimentada por la sangre nativa

En el enredo retorcido de la madera caída

El espíritu del indio caído estaba de pie

Oh hermanos, su identidad un error

Aquellos que cruzaron los océanos hicieron

La avaricia por el oro y la tierra

Devastaron el espíritu de sabiduría y gracia

Los hijos de aquellos, que por asesinato tomaron

No tienen mancha del error de sus antepasados

Pero aquellos que vivieron, alimentados por la leche de coraje y orgullo
Permanecen como espíritus de derrota y vergüenza

Oh los asesinados y los asesinos

Abrácenme, déjenme poner sus espíritus en reposo

Probablemente ese momento, el encuentro con este ser, es el momento más doloroso de mi vida. Y fue entonces cuando empecé a notar cómo hay un sentido tan profundo de dolor en muchas partes de esa región, que se manifestará en las vidas humanas, seamos conscientes de ello o no. Si una roca puede sufrir, un ser humano seguro que no se salvará. El sufrimiento indecible simplemente ocurrirá sin ninguna razón. Cuando hay charcos de dolor como este impresos en la Tierra en la que vives, nunca sabrás lo que es el verdadero bienestar en tu vida. Puedes construir una casa grande, puedes llevar una escopeta y disparar lo que quieras, 5 pero no conocerás un momento de descanso en tu vida. Cuando la Tierra que pisas está en tal estado, si no sabes cómo cuidar del material

que te compone, nunca conocerás ni un momento de bienestar en tu vida.

Hubo otra situación que persistió durante mucho tiempo. Durante la consagración del Dhyanalinga, había una mujer desencarnada que solía frecuentar el techo de mi casa. Antes de la consagración, habíamos hecho muchas cosas con estos seres y los habíamos disuelto, pero este en particular se quedó por más de un año y medio, quizás dos. Después de la consagración, mi cuerpo estaba en un estado de inestabilidad y no quería lidiar con ella. Estos seres no tienen sentido de juicio. Solo tienen un anhelo. Es como alguien que está en un estado profundo de deseo y no tiene juicio sobre la vida. Alguien quiere beber, alguien quiere violar, eso es todo. No es porque sean buenos o malos que lo hagan. No tienen juicio sobre la vida, solo tienen anhelos. Según su karma, tienen ciertos *vasanas*, o tendencias, y simplemente se guían por eso.

Hay otros tipos de criaturas, que han perdido completamente su forma humana. Se han vuelto sutiles. Pero esta era una mujer que había mantenido un sentido elevado de feminidad en su forma. Ninguna mujer en el mundo sería así. Era extremadamente hermosa y en una proporción mucho mayor de lo normal. También creaba la ilusión de llevar vestidos hermosos y presentarse bien. Su vasana era la feminidad, que siempre estaba en contraposición a la masculinidad. Así que si tratabas de interferir con ella, naturalmente, vendría como mujer. No sabría otra forma de acercarse. Esto podría haber llevado a muchas situaciones innecesarias, pero ella no haría nada por su cuenta. Si la hubiera invitado al santuario en la casa para disolverla, en un momento, todo habría terminado.

Sin embargo, como mencioné anteriormente, en esos días, mi cuerpo estaba en un estado de fragilidad e inestabilidad después de la consagración, así que no quise arriesgarme con ella. En la noche, ella caminaba en el pasillo interior de mi casa, sus tobilleras haciendo el sonido: *jing, jing, jing, jing.*

No solo yo la escuchaba. Quienquiera que se quedara en la casa la oía caminar durante toda la noche. Si abrías la puerta y salías al pasillo, ella estaría sentada en el techo con una mirada desolada en su rostro. Se sentó allí por casi dos años. No entraría

al santuario. No se atrevía, pero seguía caminando y esperando. No hice nada con ella. Simplemente la dejé allí. Había un poco de preocupación porque mi hija tenía ocho años entonces e incluso ella escuchaba los sonidos de las tobilleras. Este tipo de seres desencarnados pueden dañar a las niñas, así que tuve que tomar medidas de precaución para la habitación de la niña.

Sin embargo, la mujer nunca mostró ningún signo de interés o violencia en ningún momento, solo desolación.

No intenté ahuyentarla porque estaba tan desolada y anhelante, buscando algo. Una vez que mi cuerpo se volvió más estable, decidí disolverla. Dado que su cuerpo se había vuelto tan sutil, era mucho más fácil tirar de sus pines que los de los seres humanos encarnados. Quería que se fuera en un ambiente muy propicio y no quería que entrara en un estado de miedo o perturbación. Así que simplemente la llevé adentro y le pedí que se inclinara ante el santuario. Cuando lo hizo, simplemente tiré del enchufe y la disolví. Todo había terminado. Ya no está.

Disolver a las personas en su estado desencarnado es algo mucho más fácil de hacer, si se dan las condiciones necesarias. Por ejemplo, si todas las mujeres del planeta decidieran que durante el próximo año no habrá concepción en el planeta, entonces todos esos seres cuyo tiempo ha madurado y que necesitan un útero estarían flotando en un limbo. Su deseo inconsciente sería encontrar un útero, pero no habría ninguno disponible—esta sería una situación ideal para que yo los disolviera antes de que encontraran un nuevo ciclo. Cuando acaban de morir y están flotando, no puedes arreglarlos porque están demasiado inconscientes. Pero cuando su Prarabdha Karma los obliga a encontrar un útero, y ninguna de las mujeres coopera, es una situación ideal para disolverlos.

Hay tantas mujeres jóvenes con nosotros que no se han embarazado y

no se embarazarán, porque han elegido vivir una vida de intensa implicación que sus impulsos biológicos se han vuelto insignificantes. Pero si todas las mujeres del planeta deciden no embarazarse durante el próximo año, eso significaría que habría al menos 130 millones de seres esperando un útero.

Es fácil hacer esto con aquellos que también tienen cuerpos, pero hasta que llegue el momento final, las personas no renunciarán a su personalidad. Una vez sucedió: Matilda y Agatha eran hermanas. Durante treinta y siete años no

se habían hablado debido a una disputa. Entonces, un día Matilda se enfermó gravemente. Así que le escribió una nota a su hermana. Comenzaba, *Agatha*,

— no *Querida Agatha*, porque todavía estaba enojada— *Ahora que estoy muriendo, te perdono por todas las cosas desagradables que me has hecho. Matilda.* Luego pensó por un tiempo y añadió: *PS: En caso de que me recupere, todo se mantiene como está ahora.* Cuando la muerte llama a tu puerta, tu vida se enfoca y, naturalmente, te vuelves hacia adentro, porque lo exterior ya no tiene utilidad. Cuando las personas se acercan a la muerte, su personalidad desaparece y las pretensiones que llevan con el exterior se vuelven insignificantes.

Nirmanakaya

En los círculos espirituales siempre ha habido conversaciones sobre yoguis que vivieron en el planeta hace mucho tiempo pero que ahora hacen raras apariciones materializando y desmaterializando sus cuerpos a voluntad. En estos días hay mucho interés en que la gente pueda materializar y desmaterializar a voluntad porque se habla mucho de Babaji 6 por todas partes. Las historias populares que circulan sobre él en India es que hay un hombre que vive para siempre y aparece a voluntad, una y otra vez. No es así. Se ha vuelto una fantasía para la gente hablar de tales cosas porque a la gente le gustan las leyendas. No les gustan los vivos porque con las leyendas tienes la libertad de torcerlas y darles vuelta o exagerarlas o lo que sea. Si exageras algo sobre mí, por ejemplo, te golpearé en la cabeza y te diré que no es así.

Algo de confusión al respecto se debe a que hay yoguis que son *nirmanakayas*. *Nirman* significa ‘crear’, *kaya* significa ‘un cuerpo’. Es muy raro que esto suceda, pero ha habido algunos seres que lo han hecho. Estos yoguis son de la más alta categoría y son capaces de materializar su cuerpo a voluntad. Esencialmente, construyen un

cuerpo de energía consciente, que es todo creado por ellos pero no para servir a los propósitos fisiológicos del cuerpo físico. Sabes, al menos el 20 por ciento de tu cuerpo energético está sirviendo funciones fisiológicas. Así que estos yoguis crean un gran cuerpo energético que no tiene asociación fisiológica pero que está estacionado en la fisiología. Así que él tiene dos cuerpos energéticos: uno con el que

nació y otro para transmitir lo que quiere transmitir, que es de otra dimensión. No puede transmitir sin el segundo.

Ambos son iguales en cuanto a la percepción de otras personas.

Sin este tipo de arreglo, con solo fisiología regular, es imposible llevar a cabo un programa como Samyama, por ejemplo. No puede soportar la pura intensidad y complejidad de lo que se está haciendo allí.

Morirá justo allí.

Ahora, incluso después de que el cuerpo físico está muerto, el cuerpo sutil se conserva y lo hace visible de vez en cuando. No es necesario que sea carne y hueso, solo se hace visible. Eso es todo. Por lo general, estos son yoguis que han asumido este rol donde reaparecerán una vez cada tantos años. Eso no significa que estén viviendo en algún lugar. Mantienen el aspecto más sutil del cuerpo intacto, pero el cuerpo físico se ha ido. Lo recrean de vez en cuando. No renacen, ni es esto para siempre.

Cuando naces a través de un útero, tú también estás creando un cuerpo. Tu propia energía lo está haciendo. Tomas nutrientes de tu madre, pero creas el cuerpo. No es la madre quien lo crea. Después de que naces, todavía estás creando este cuerpo, ¿no es así? Lo estás creando de la misma manera: tomando nutrientes a través de la comida, el aire que respiras, el agua que bebes. Antes de que nazcas, ese mecanismo aún no está establecido. Así que usas los mecanismos de tu madre de comer, beber y respirar para estructurar el cuerpo, pero son tus propias energías las que lo están haciendo. Ahora, uno puede adquirir la capacidad de crear un cuerpo sin la ayuda del útero de una madre. Puedes crearlo tú mismo. No necesita ser un cuerpo pequeño. El cuerpo pequeño se crea porque solo eso puede caber en el útero de una madre. Pero cuando te sientas y lo creas, puedes crear un cuerpo de tamaño promedio o uno que mida 20 pies de altura. Generalmente, las personas eligen crear su forma juvenil.

Entonces, estos nirmanakayas están en estados sutiles y usan procesos

elaborados. Han elegido estar en ese estado. Viven de una manera muy mínima. Eligen estar en ese estado, ya sea por su compasión, o han sido ordenados por sus Maestros, quienes les dijeron: 'No te preocupes por tu mukti, solo haz esto'. De vez en cuando, pueden crear un cuerpo burdo para regresar y hacer ciertas cosas. Solo pueden hacer una cantidad mínima de trabajo, porque cada vez que crean sus cuerpos,

tienen un cierto lapso y una limitación en la actividad. La mayoría de las veces, solo es una apariencia lo que pueden manejar. El período de tiempo en que hacen esto puede ser muy largo en términos humanos normales. Podría ser un par de miles de años o incluso 10,000 años, pero incluso eso tiene un cierto lapso. Eventualmente, se disolverán completamente.

La mayoría de las veces, hacen esto porque quieren proteger su linaje. Quieren aparecer, para que se puedan hacer pequeñas correcciones en su linaje. No pueden hacer mucho con la población general. Ahora, por ejemplo, Isha es un cierto tipo de Yoga, es un linaje. Porque la gente puede desviarse con el tiempo, se colarán algunas distorsiones. Ahora, yo no haré tales cosas, así que no tienes que temer que pueda regresar nuevamente. No lo haré. Pero digamos que queremos asegurarnos de que cada 100

años ocurran correcciones. Así que cada 100 años, podría reaparecer y hacer algunas correcciones y regresar. Hay un período muy corto para el cual puedes aparecer y hacer tales cosas.

Debes saber, no todos los que crean un nirmanakaya lo usan de la misma manera con el mundo. No todos lo usan para hacerlo aparecer y desaparecer en el mundo. Es como si tuvieras un gran coche, pero cómo lo uses depende de ti. Puedes querer ir a la oficina en él o correr con él o simplemente conducirlo por diversión, depende de ti. Es tu vehículo. Incluso si no quisieras hacer nada con él, aún podrías tener uno. ¡Tal vez hay coleccionistas que solo mantienen el coche estacionado en su garaje! Es similar para los nirmanakayas. Es muy raro que estas cosas sucedan, pero ha habido algunos seres que han hecho cosas como esas. Sin ellos, no sería tan conocedor. Pero el fenómeno ha sido demasiado exagerado y presentado de muchas maneras distorsionadas.

Descarga de Seres

Hace unos 35,000 años, hubo un yogui llamado Sunira. Este yogui flotó un cierto ser. La idea era crear un ser ideal que pudiera

transformar el mundo entero de un solo golpe. Este ser ha estado por ahí durante bastante tiempo. Muchos otros yoguis han puesto sus aportes en este ser.

Incluso Gautama el Buda habla sobre esto, y también ha puesto sus aportes en esto. El mismo Krishna hizo algo acerca de este ser. Gautama predijo que en algún lugar entre 2500 a 3000 años a partir de su tiempo, este

ser madurará y encontrará un cuerpo en el mundo y será el maestro supremo en la Creación.

No estábamos buscando algo así. Es solo que hay tantos seres exaltados que constantemente nos están pidiendo que hagamos algo por ellos. Por un tiempo, incluso acomodamos a algunos de ellos en nuestro propio cuerpo. En un momento, cuando estábamos en ciertos tipos de sadhana y ciertos estados, sin nuestro permiso, algunos de estos seres se metieron en nosotros y se quedaron con nosotros por un período de tiempo. Los llevamos durante bastante tiempo, y físicamente no fue fácil, porque estaban tan desesperados por encontrar expresión de alguna manera. En ese momento, hubo momentos en que era absolutamente confuso para las personas que vivían a nuestro alrededor. Hubo muchas veces en que esto simplemente volvería loca a Vijji porque estaríamos sentados en una silla y cuando ella miraba a otro lado y volvía a mirar, nos habíamos convertido completamente en otra persona. Ella estaría aterrorizada—

¡aterrorizada y petrificada! Permitimos esas cosas por un cierto tiempo porque estábamos trabajando en la consagración del Dhyanalinga.

Así que por un tiempo pensamos en descargar algunos de estos seres. Estos son seres que están altamente evolucionados y son reacios a tomar un nuevo cuerpo. Tienen tanta elección—no pueden ser compulsivamente atraídos a un útero. Se han vuelto lo suficientemente conscientes donde es una cuestión de elección, por lo que están buscando un vehículo adecuado a través del cual puedan cumplir la fase final de sus vidas. Así que si haces que tu cuerpo esté disponible—eso solo si has hecho suficiente trabajo y preparación y estás absolutamente dispuesto—pueden ser descargados en tu cuerpo. Necesitará mucha preparación y sadhana para hacer que las personas sean lo suficientemente receptivas para algo así. Deben ser lo suficientemente fuertes pero no demasiado fuertes. Deben ser lo suficientemente vulnerables pero no demasiado vulnerables. Es un nivel diferente de sadhana por completo.

Si uno tiene que poner a ese ser en el mismo cuerpo que otro ser, esa persona también debe ser de la misma calidad. De lo contrario, serán una mala compañía para ellos. Son selectivos, tan selectivos que no encuentran ningún útero adecuado en el mundo para entrar. Cuando son tan selectivos, vas a tener un tiempo difícil con ellos, ¿no es así? Vivir con una persona así es difícil. Entonces, ¿qué te pasa a ti, adónde vas? No vas a ningún lado. Dejas de existir. ¿Llamarías a esto una toma de control? No, esto

es obliteración. Podría usar una palabra más positiva—mukti. Esto se llama Moksha. Llámalo Nirvana, si quieres usar una terminología negativa.

Si se hacen cosas así, el ser existente tiene que trabajar hasta un cierto punto de disposición, donde el proceso de vida podría desatarse completamente y uno puede ser desconectado para que este ser se termine para siempre. Ahora, si el cuerpo físico todavía está intacto, si se mantiene en un cierto espacio y si el otro ser ha sido atraído lo suficientemente cerca, podrían ser puestos en él. Es un proceso complejo y no siempre tendrá éxito con algo así. Es mucho más complejo que la gente saliendo de naves espaciales y haciendo un trabajo de reparación y volviendo a entrar. Yo diría que esto es mucho más complejo porque mantener el cuerpo en una condición viva pero evacuar a una persona puede ser muy difícil. Solo sacar a la gente de una casa alquilada—sacar a un inquilino de la casa es tan difícil. Así que sacar a una persona de su cuerpo cuando el cuerpo todavía está en forma y bien no es nada simple. Requiere mucho cortejo. Puedes cortejar a un hombre para que salga de muchas

cosas, pero tratar de cortejarlo para que salga de su cuerpo es lo más difícil de hacer. Pero con la preparación necesaria, se puede hacer. Estamos hablando de hacer que una vida evacue su estructura física sin dañarla, para que todavía esté en buena forma para poner en escena la vida.

Creo que vivimos en una sociedad que es demasiado lógica y demasiado inmadura para otros aspectos de la vida. Así que estamos tratando de hacer lo que tiene más sentido para ellos: plantar árboles, dirigir hospitales, escuelas. La gente incluso está comenzando a llamarme 'plantador de árboles'. Esta descarga no es solo para entretenimiento. Será una bendición fenomenal para la sociedad. Pero después de haber estado aquí por tanto tiempo, si no pudiéramos producir seres suficientes aquí de tal nivel de evolución, entonces tendríamos que importarlos de algún lugar.

Espero que no nos llegue esa necesidad, estamos haciendo un buen trabajo. El trabajo aquí es muy intenso y hay muchas personas volcánicas dinámicas y estáticas con nosotros. Cuando todo esto está ahí, espero que no tengamos ninguna necesidad de importar seres. Así que trabajemos con las personas que ya han salido del útero. ¡Todos ustedes están aquí! No importa cómo vinieron, veamos qué podemos hacer con ustedes.

C A P Í T U L O 11

El Enigma de la Reencarnación

En este momento, la mayoría de las personas ni siquiera pueden

manejar lo que está sucediendo en esta vida,

entonces, ¿por qué quieren indagar en sus vidas anteriores? No saben cómo manejar

los pensamientos, emociones y relaciones de esta vida. ¿Cómo manejarán los

pensamientos, emociones y relaciones de muchas vidas?

Asumiendo un Nuevo Cuerpo

Inmediatamente después de la concepción, el cuerpo físico comienza a desarrollarse lentamente dentro del útero de una mujer. Pero es solo como un nido. En la naturaleza, hay algunos pájaros que construyen los nidos, pero otros pájaros vienen y ponen sus huevos en ellos y hacen una vida allí. Esto es así. Dos personas se unieron y comenzaron a crear un cuerpo. Alguien más que está listo para eso y está buscando un cuerpo viene y lo ocupa. Antes de eso, el feto no era un ser, no por el tamaño pequeño del cuerpo sino porque no estaba ocupado. Era solo un conjunto de células. Después de esto, la otra vida ocupa el útero y este conjunto de células se convierte en un ser. Tal vez aún no sea una persona completa, pero en muchos sentidos es una persona.

Generalmente, el cuerpo físico en el útero está listo para ser ocupado después de cuarenta días. La mayor parte del tiempo, diría que el 99.9 por ciento del tiempo, la vida entra al útero y toma un cuerpo físico entre los cuarenta y cuarenta y ocho días después de la concepción. A veces, en casos raros, puede tardar un poco más. Ciertos seres que se han vuelto conscientes más allá de cierto punto esperan a que el cuerpo crezca un poco más en el útero. Pero tampoco dejarán que ninguna otra vida entre en ese útero. Cuando suceden tales cosas, es muy fácil saberlo. No entraré en detalles, porque entonces la gente comenzará a mirar a cada mujer embarazada y verificar si tiene un hijo consciente o inconsciente.

Durante el embarazo, hay muchos signos que indican claramente si la vida ha entrado en el útero o no. Una madre puede sentir esto fácilmente si

la entrenamos un poco. Si la vida no ha entrado en el útero después de cuarenta y ocho días de la concepción, entonces algo un poco extraordinario va a suceder con ese niño, sin duda. No hay duda al respecto. Debes haber oído que alguien vio a la madre de Gautama y dijo: 'Vas a dar a luz a un ser fenomenal'. Tales cosas se pueden predecir simplemente porque alguien puede notar que la vida no ha

entrado en el útero después de cuarenta y ocho días de la concepción, sino un poco más tarde. Ese es el signo de la llegada de un ser fenomenal. Es debido a ciertas cualidades que protege el útero pero no entra en él. Esperará a que el cuerpo se desarrolle un poco más y solo entonces entrará.

Este tipo de situación puede dejar a una madre en un estado de angustia o una incomodidad fundamental. No es una falta de comodidad física, sino una especie de ansiedad existencial. Entre los cuarenta y cinco y sesenta y cinco días de embarazo, si notas lágrimas surgiendo sin ninguna razón particular más allá de las emociones maternas normales o ves destellos de color azul brillante de vez en cuando o sueños de serpientes de una manera muy benigna, esto significa que un sabio o un hechicero o un gran conquistador está en camino. Cuando se notan tales signos, se realizan varios procesos para transformar al que está por nacer. Un sabio, hechicero o conquistador significa un cierto nivel de competencia o capacidad.

La diferencia es solo de intención. Hacia qué propósito usará uno su competencia marca toda la diferencia. Por eso se hacen muchos esfuerzos para establecer una intención inclusiva en el momento en que ocurre el embarazo, ya que definitivamente es nuestra responsabilidad qué tipo de vida traemos al mundo y qué nivel de conciencia liberamos cuando esa vida deja este mundo.

Solo después de esto, en algún momento entre los ochenta y cuatro y noventa días, comienza verdaderamente el compromiso con el cuerpo para esta vida. Hasta entonces la vida solo está explorando, verifica si este útero es el lugar adecuado para ella. No es una elección consciente. Es una elección inconsciente. Por tendencia, está verificando el útero para ver si le corresponde. Tradicionalmente, llamamos a estas tendencias vasanas. Dependiendo de tu vasana, buscas un cuerpo apropiado. Durante este tiempo, dependiendo de cuán consciente sea el ser, hay un poco de elección sobre qué tipo de cuerpo elige.

Cuando digo elección, no es como ir a una tienda y comprar esta camisa o aquella. Hay una elección kármica. Hay una tendencia natural de la persona a ir en una cierta dirección, hacia un cierto útero, hacia un cierto cuerpo. Incluso cuando estás dentro del cuerpo físico, tienes una tendencia natural a buscar ciertas personas, porque así son tus karmas. De manera similar, cuando no tienes un cuerpo físico, haces lo mismo. Es mucho más inconsciente, pero aún así la sustancia kármica que llevas contigo busca un cierto tipo de cuerpo.

Es así: si dejamos entrar a un grupo de personas en un salón por primera vez, todos se acomodan en su propio lugar. La elección no es completamente aleatoria. Se basa en tu karma en gran medida. Puede que tengas el karma de dolor de espalda, entonces te acomodarás cerca de la pared.

Puede que tengas el karma de siempre esconderte y mirar. Quieres estar en la situación, pero no quieres ser visible. Así que encontrarás a una persona grande y te sentarás detrás de él. Tu karma puede ser que siempre quieres estar en la primera fila, así que simplemente vienes y te sientas allí. Puede ser inconsciente, pero así lo haces. Es tu karma lo que te hace acomodarte en un lugar. De manera similar, hay millones de úteros y millones de seres buscando un cuerpo. Se acomodarán según sus atributos y tendencias.

Una vez que ha encontrado ese cuerpo, es la vibración del prana de ese ser lo que mejora la calidad del cuerpo físico. A partir de este punto en adelante, no es solo la madre la que está haciendo el bebé. Por eso, hay millones de casos en los que probablemente la madre es débil, desnutrida, en la calle y, sin embargo, da a luz a un bebé muy saludable.

Pero puede haber alguien más que está en una familia donde todo está cuidado y todos están muy bien alimentados, pero la madre puede dar a luz a un niño muy frágil. Esta es la sustancia pránica, la vibración pránica del ser actuando sobre ese cuerpo particular. De acuerdo, la nueva vida toma un nuevo cuerpo físico.

Los chakras también comienzan a desarrollarse gradualmente en el útero. Alrededor de la duodécima semana, solo se forma un chakra, que es el

Muladhara Chakra. Dentro de las primeras veintiocho a treinta semanas, dependiendo de la calidad del desarrollo del feto, los primeros cinco

chakras hasta el Vishuddhi Chakra están completamente establecidos. Los otros dos—

Agna Chakra y Sahasrara Chakra—no se establecen al mismo nivel en cada ser humano. Diría que en casi el 30-35 por ciento de los recién nacidos, el Agna Chakra puede no estar desarrollado. Si observas cómo se mueven sus globos oculares, sabrás si el Agna Chakra de un bebé está desarrollado o no. Por eso, en el momento en que nace un niño, lo primero que hacen en esta cultura después de lavar al bebé es

poner un poco de *vibhuti* entre las cejas. En Tamil Nadu, hacen una mancha del tamaño de una moneda grande aplicando la resina de un árbol particular entre las cejas. A medida que se seca, esta resina atrae la piel a su alrededor y crea una fuerte sensación hacia la mancha en el centro de las cejas. Esto es solo en caso de que el Agna Chakra aún no esté desarrollado, queremos que el niño comience a enfocarse en esa dirección.

Tradicionalmente, con solo observar el movimiento de los globos oculares, la gente podía decir si el bebé se convertiría en un sabio. Un sabio no necesariamente significa alguien que irá y se sentará en la selva o en una cueva. Un sabio o vidente es alguien que ve cosas que otros no ven. También podría ser un empresario visionario o un líder visionario, alguien que ve las cosas con más claridad que otros. Esto no significa que aquellos cuyo

Agna Chakra no está desarrollado al nacer no puedan desarrollarlo en su vida

—pueden si trabajan en ello. Pero necesitarán hacer un poco más de esfuerzo que otros.

El Sahasrara Chakra generalmente no está desarrollado para la mayoría en el momento

del nacimiento. Eso evoluciona lentamente después. Como se mencionó antes, en la parte superior de la cabeza, hay un punto conocido como brahmarandhra. *Randhra* es una palabra sánscrita; significa un pasaje, como un pequeño agujero o túnel. Este es el espacio en el cuerpo a través del cual la vida desciende al feto. Cuando nace un niño, hay un punto tierno donde el hueso no se forma hasta que el niño crece hasta cierta edad. Esto se debe a que el proceso de la vida tiene la conciencia de mantener abiertas sus opciones sobre si este cuerpo es capaz de sostenerlo o no. Así que mantiene esa trampilla abierta por un cierto período, para que en caso de que encuentre el cuerpo inadecuado para su existencia, pueda irse.

No quiere salir por ningún otro pasaje del cuerpo; quiere salir por donde entró, así como un buen huésped siempre llega por la puerta principal y sale por la puerta principal. Incluso cuando te vayas algún día, si te vas conscientemente por cualquier parte del cuerpo, está bien.

Pero si puedes irte por el brahmarandhra, es la mejor manera de irse.

La Aritmética de la Reencarnación

Una de las primeras preguntas que la gente tiene sobre la reencarnación es que si la población mundial está aumentando, ¿más animales se están convirtiendo en humanos? ¿Es esta la razón por la que las poblaciones de animales en el mundo han disminuido en el pasado reciente? ¿Es la población del mundo—animal y humana junta—un número fijo? Estas preguntas provienen de la ignorancia de creer y pensar en la Existencia numéricamente. Cuando hablas de energía vital, no es en términos de números. No puedes pensar en términos de, 'De acuerdo, solo una persona murió, pero ¿cómo nacieron diez personas hoy?' No es en términos de números así. Los números son solo para los cuerpos. La vida no ocurre en números. Cuando hablas de lo ilimitado, no hay tal aritmética.

Cuando hablas de vida, probablemente pienses que hay un ser. Pero, ¿y si no hay ser? Es por eso que Gautama siguió diciendo que eres *anatma*. Esto fue un sacrilegio total para los hindúes. Dijo esto porque si es atma, podría haber cualquier número de ellos. Pero si es anatma, ¿cuántos pueden haber? ¿Cuántas 'vacuidades' puedes crear?

¿Cuántas 'vacuidades' puedes crear? La pregunta ahora suena absurda. Siempre piensas en términos de números porque proviene de la dimensión de tu experiencia, que es muy limitada.

En realidad, si sigues produciendo cuerpos, se ocuparán de todos modos. La vida ocurrirá. Entonces, ¿de dónde vendrá el karma para ellos?

¿De dónde viene la sustancia kármica para ellos? Hay mucha de esta sustancia en la Existencia. En realidad, si quieres, esta persona que está sentada aquí ahora mismo como una persona puede asumir un millón de cuerpos con el mismo contenido kármico que tiene ahora. Es posible. Hay muchas situaciones donde los yoguis han tomado dos cuerpos. Con la misma sustancia kármica, tomaron dos cuerpos. Así que la pregunta sobre los números no es una pregunta relevante. Es una pregunta lógica, matemática, aritmética. Pero la vida no ocurre así.

La vida es solo una. Los números están solo en tu mente. No hay tal cosa en la Existencia. Digamos, hay un estanque lleno de agua y sumerges

tu cubo y sacas agua en él. ¿Puedes decir que he tomado esta agua en particular? Es solo algo de agua. Una vez más, si sumerges el cubo en el estanque, obtendrás más agua. Pero no hay tal cosa como esta agua o esa agua. Es similar con la vida. La fuerza vital fundamental no está

en términos de números. Solo uno es suficiente. Uno puede poblar toda la población. Lo que estamos refiriendo como el ser está más allá de lo físico. Una vez que no hay físico, no hay límite. Para aquello que no tiene límite, no hay uno o dos o diez o un millón. Así que esa no es la forma de pensar en absoluto.

La ciencia ha tenido éxito en clonar la vida vegetal durante varias décadas. En los últimos años, ha podido clonar animales como ovejas y perros. Últimamente, hay varias corrientes de investigación en marcha para clonar al ser humano también y la creencia generalizada es que es solo cuestión de tiempo antes de que tengan éxito. ¿Cómo se relaciona la clonación con la teoría del karma?

¿De dónde vendrá el software para la vida clonada?

Debes entender que al clonar, lo único que estás haciendo es producir un cuerpo humano. Si es lo suficientemente hospitalario, si todos los ingredientes están allí, la vida lo ocupará. No importa cómo lo produzcas. Pero cuando hay tantas mujeres que son perfectamente capaces de tener hijos, no veo por qué se están desperdiciando miles de millones de dólares para hacerlo en un laboratorio.

Cuando hay una manera placentera de crear hijos, no tienes que hacerlo tan obsceno y feo con todos esos tubos de ensayo y otras cosas de las que sale el bebé. Sobre todo, una mujer no solo da cuerpo al niño; moldea al niño cuando está en su vientre.

Dependiendo de cómo sea durante el embarazo, muchas cosas se desarrollan para el niño cuando todavía está en el vientre. En este país se tomaba un cuidado elaborado sobre esto, una vez que una mujer concebía. Cada paso de lo que debía hacer, lo que no debía hacer, cómo debía hacerlo, qué rostro debía ver, qué rostro no debía ver, todo esto estaba regulado porque todo tiene una influencia sobre el niño por nacer.

Esto se debe a que ella no solo le está dando un cuerpo, sino también moldeando la conciencia de la persona que va a nacer. Debes entender que estás fabricando la próxima generación de personas. Cómo será el mundo mañana se determina ahora mismo en tu cuerpo. Es una responsabilidad tremenda. Necesita ser manejada de esa manera.

Ahora, solo porque con la tecnología sabemos cómo hacer algunas cosas fantasiosas con el mundo exterior, no tenemos que hacer todo lo que podemos hacer.

Esto es muy juvenil. Esta es la fuente de destrucción en este planeta.

Como raza, los humanos no hemos madurado mentalmente. Debemos ser capaces de tomar una decisión sobre qué hacer y qué no hacer, basado en lo que se necesita, no en lo que podemos hacer.

Ahora, ¿es posible que una mujer pueda prepararse para la posibilidad de que un ser con una conciencia superior venga a ella como un hijo?

Definitivamente. Pero si una mujer tiene tales aspiraciones, es mejor que trabaje bien en sí misma antes de que ocurra el embarazo, porque durante el embarazo, generalmente, sus situaciones se vuelven tales que no pueden atender a estas sutilezas. Entonces, en ese momento, que ella pueda mantener un cierto nivel de conciencia podría ser raro, pero no imposible. Hay ciertas otras cosas que se pueden hacer, pero es posible que no pueda hacerlas por sí misma.

Si busca asistencia de la fuente correcta, se podría hacer por ella. Pero en general, lo que puede hacer por sí misma es volverse generalmente meditativa. Si trae esa cualidad en ella antes de que tal situación surja en su cuerpo, entonces los resultados serán buenos. Ser meditativa, ser muy amorosa, podría asegurar un ser agradable. Esto no es necesariamente así porque hay varios otros aspectos. Pero en general, esto asegurará un ser agradable.

Ahora, si estás pensando en producir un ser ideal, sí, hay maneras de hacerlo. Puedes hacer cosas para que el mejor ser posible habite el pequeño crisol de vida que ha comenzado a formarse en tu útero.

Para esto, tienes que ir más allá de la sustancia kármica o el software kármico que llevas dentro de ti y atraer algo que sea de una naturaleza diferente a quien eres. Esto requeriría un tipo de trabajo completamente diferente. Generalmente, la madre no podrá hacerlo por sí misma y necesitará ayuda de alguien más que pueda preparar la situación para ella.

En un momento, pensamos en implementar un conjunto de procesos que tales personas pudieran seguir en el Dhyanalinga. Aun así, desde el día de la concepción, si permanece en ese tipo de atmósfera todos los días, definitivamente atraería un cierto tipo de ser. Pero eso

haría que el Dhyanalinga tuviera un propósito específico. De lo contrario, estar en una atmósfera consagrada como esa atraería un cierto tipo de ser.

Si hacemos algo más, también podríamos atraer a esos tipos de seres que no están dispuestos a descender y renacer, pero que no son lo suficientemente aptos para disolverse por completo. Estos son seres

que han trascendido ciertas limitaciones en el estado desencarnado, donde son lo suficientemente conscientes como para no ser impulsados por tendencias, pero no son lo suficientemente libres como para romper la burbuja e irse. No han alcanzado su Liberación Última, pero han llegado a un cierto punto de libertad. Estos seres pueden ser atraídos. También ha habido situaciones en las que seres que no pertenecen a este reino han sido traídos a úteros humanos. Hay muchas condiciones para esto, si se cumplen todas esas cosas, definitivamente podemos asegurar que ciertos tipos de seres sean atraídos.

Recuerdos de Vidas Pasadas en Niños

Ha habido muchos casos documentados de niños que han recordado claramente sus vidas pasadas. Las descripciones y detalles proporcionados por estos niños han sido incluso verificados por investigadores en las últimas décadas. Pero el fenómeno es aún más extendido de lo que sugieren estos estudios. Diría que al menos el 70-80 por ciento de los niños menores de tres a seis meses recuerdan su vida pasada porque las pantallas de memoria entre vidas no se han configurado aún. La vida aún no ha decidido cuánto asumir; todavía es fluida. En esa etapa, es el instinto de supervivencia lo que atrae al niño hacia la madre. De lo contrario, al niño no le importa un comino quién es quién. Si los observas, verás que irán con quien sea amable con ellos. Parece que él o ella ama a la madre.

No, no les importa un comino nadie porque su personalidad aún no se ha establecido. Solo el instinto de supervivencia los mantiene orientados hacia el pecho de la madre. Saben que deben ir allí.

Durante este tiempo, los recuerdos de muchas vidas están jugando dentro de ellos de muchas maneras. Lentamente, se consolidan. La lactancia materna es una parte importante de esto. Con la lactancia materna, la naturaleza está tratando de establecer el ciclo de memoria del niño de que aquí es donde está tu vida. Si se realiza un estudio científico, es posible que encuentren una correlación entre la lactancia materna y los recuerdos de vidas pasadas en estos infantes. Las pantallas

pueden no estar configuradas tan rígidamente para un niño que no es amamantado, como lo están para un niño amamantado. Las pantallas pueden ser un poco más porosas, y eso podría traducirse en niveles inexplicables de confusión en todos los aspectos de la vida.

En esta cultura, entre la realeza, en particular, creían que cuando

nacía un niño de un rey, si tenía que convertirse en un buen rey, debía ser amamantado por tres mujeres. Cuando la reina quedaba embarazada, identificaban a otras dos mujeres que estaban en la misma etapa de embarazo que ella. Cuando nacía el príncipe, también pedían a esas mujeres que vinieran a vivir al palacio. Rotaban la lactancia del príncipe entre las tres. Una razón era asegurar que recibiera la mejor nutrición, otra era confundirlo sobre sus orígenes. Un rey no debería tener ningún apego, ni siquiera hacia su madre o padre, porque, de lo contrario, no sería un buen rey. Así que siempre decían que el hijo de un rey debía ser amamantado por tres mujeres.

La gente a menudo me pregunta si una persona nacerá con el mismo género que en su vida anterior. No es necesario. Tengo una experiencia muy inmediata de esto de muchas maneras diferentes con varias personas. Hay personas a mi alrededor que ahora son de un género diferente al que tenían en una vida anterior. El género o la forma que tomas está determinado por el tipo de anhelo que creas. Esto está determinado por tus tendencias. Si la tendencia kármica de alguien es extremadamente femenina, tenderá a volverse masculina en el cuerpo. Si la tendencia de alguien es extremadamente masculina, tenderá a volverse femenina en el cuerpo, porque debe ocurrir el encuentro de las dualidades. Si las tendencias kármicas son altamente masculinas, demasiado masculinas, y encuentra un cuerpo masculino, esta será una persona distorsionada.

Explorando Vidas Pasadas

En las comunidades espirituales, estas conexiones de vidas pasadas son una gran alucinación. Estoy seguro de que incluso en el Centro de Yoga muchas personas andan diciendo cosas así, 'Estuve con Sadhguru en su vida pasada y en la vida anterior a esa y antes de eso,' y así sucesivamente. Sigo diciendo que aquellos que están aquí después de su vida pasada conmigo son candidatos fallidos para que no lo lleven como una insignia. Estuviste allí entonces y perdiste la oportunidad y

desperdiciaste mi vida y esfuerzo, ¡ahora estás aquí de nuevo para molestarme! Esto no es un buen estado para estar.

Entonces, ¿este conocimiento de vidas pasadas no me ayudará a resolver las dificultades en mis relaciones actuales? Ahora, la única forma en que te relacionas con algo del pasado es a través de pensamientos, emociones, experiencias y relaciones. Ya sea en otro cuerpo o en este cuerpo, no importa, así es como recuerdas. Digamos, tú y yo estamos discutiendo constantemente sobre algo en este momento. Podemos mirar hacia atrás y ver cómo en mi vida pasada

me molestabas, así que ahora estoy tratando de molestarte. Digamos que descubrimos esto. ¿Qué haremos? Probablemente, extenderemos la discusión a otra vida. ¡De verdad! Supongamos que arroja luz sobre todas las cosas horribles que me hiciste en mi vida pasada, ¿me liberaré de ello, o me volveré más decidido a molestarte en esta vida?

La gente dice que la vida también es complicada. ¿Qué es lo que es complicado? La vida por sí misma no es complicada. Solo si quieres empujar al mundo en una cierta dirección, podría ser un poco complicado. Pero si no estás tratando de empujar al mundo de ninguna manera, si estás bien con lo que estás comiendo y bebiendo, ¿dónde está lo complicado? Es solo tu memoria lo que complica todo. Mira, hay personas que están tan estresadas, angustiadas y alteradas y todo eso. Pero digamos, contraen la enfermedad de Alzheimer. Ahora, verás que de repente se vuelven tan simples y dulces. La vida simplemente está ocurriendo por sí sola.

Ahora, si descienden sobre ti tres vidas o diez vidas de memoria, lo más probable es que el firmamento de tu mente no pueda soportarlo, se agrietará y colapsará. Incluso para mí, el nivel de memoria que me llegó casi me derrumba por completo. Es tan difícil de manejar. No está dentro de la capacidad de la mente absorber ese tipo de memoria experiencial. Si no hubiera tenido la fortaleza mental necesaria, me habría roto. Entonces, a menos que te hayas preparado de cierta manera, manejarlo está fuera de discusión. Por eso decimos sadhana, sadhana y sadhana. La sadhana no es para descargar recuerdos, sino para poder retener la memoria de esta vida al menos de tal manera que puedas elegir lo que quieres y el resto del tiempo no te toque. Los datos son útiles solo cuando puedes elegir lo que quieres. Si está todo el tiempo soplando en tu cara, ¿cómo es útil?

En este momento, la mayoría de las personas ni siquiera pueden manejar lo que está sucediendo en esta vida y los recuerdos de esta vida, entonces, ¿por qué quieren indagar en sus vidas anteriores? Digamos, te das cuenta de que el perro de tu vecino era tu esposo en tu vida anterior, ¡entonces no sé si irás y lo besarás o le lanzarás piedras! De cualquier manera, es peligroso porque él no recuerda. Además, al lanzarle piedras, te meterás en problemas con tu vecino. Si lo besas, te meterás en problemas con el perro. Entonces, de cualquier manera, no es seguro para ti. Si el pasado se abre, pueden surgir tantas emociones de amor, odio, resentimiento y afecto.

Cuando estás en una condición en la que sufres incluso lo que sucedió hace diez años, si recuerdas todo lo que sucedió en las últimas diez vidas, ¡te volverás loco! ¿Por qué solo las últimas diez vidas, si

recuerdas todo solo de esta vida—tus pensamientos, emociones, experiencias, lo que alguien dijo cuando tenías diez años, lo que hizo tu amigo, lo que hizo tu maestro—si todo esto juega en tu cabeza ahora mismo, no puedes vivir una vida normal. Si todo el amor, odio, resentimiento, afecto de esas vidas se vierte en tu vida presente, te volverás loco.

Además, de estas cuatro cosas que acabo de mencionar—amor, odio, resentimiento, afecto—estás contando dos cosas—amor y afecto

—como positivas. En realidad, todas son negativas, porque todas están ocurriendo compulsivamente. Si tengo un profundo sentido de resentimiento hacia ti—'Te odio, te odio, te odio'—entiendes que esto no es bueno. Pero si innecesariamente tengo afecto hacia ti—'Te amo, te amo, te amo'—esto tampoco es bueno. Supongamos que somos solo dos personas caminando por la calle. No me conoces, yo no te conozco, pero tengo un enorme afecto por ti, ¿te gustará? Si tengo mucho resentimiento hacia ti, no te importa. 'Está bien, hombre, arde con tu resentimiento. ¿Cuál es mi problema?' Pero si tengo demasiado afecto por ti, no te gustará.

Así que no es cuestión de afecto o resentimiento. Este amor u odio es compulsivo y ese es el problema. Este sentido compulsivo de amor, afecto, resentimiento, odio son igualmente molestos e igualmente enredadores por naturaleza. Debes aprender a responder conscientemente, a llevarte a un nivel donde tu respuesta sea desenfrenada y fluida. Tú

deberías ser tal que en cualquier dirección puedas responder. No tienes tal cosa como, 'a esto puedo responder, a aquello no puedo responder.' Puedes responder a cualquier cosa. Hasta que se vuelva así, el pasado es un problema y el futuro es un problema. Ninguno de los dos debería abrirse. Si se abren, solo se volverán problemáticos. Lo que encuentres en el pasado puede parecer una especie de explicación para lo que está sucediendo ahora. Pero solo te enredará más en términos de avanzar hacia la mukti o tu Liberación.

Entendamos esto. Esta mukti de la que estamos hablando no es una invención de los hindúes. Mukti es la aspiración de esta criatura. Esta criatura quiere convertirse en la Creación. Esto es mukti. En lugar de ser una criatura de la Creación, quiere convertirse en la Creación misma. Quiere fusionarse. Esto no es una idea hindú ni una idea india. Así es la vida.

Queremos que la vida progrese con un número muy mínimo de

impedimentos; en ese contexto, tanto el amor compulsivo como el odio compulsivo son problemas.

Hay otra forma de verlo. En lugar de llamarlo vidas pasadas y vida presente, míralo como diferentes compartimentos de memoria. Eso es todo lo que son. Solo porque está en tu memoria, está saliendo. No está colgando en el cielo. Todo está en el sistema. Supongamos que estos compartimentos se rompen y de repente tu Memoria Evolutiva se abre, crearía estragos en tu vida. No es necesario ir tan lejos.

Supongamos que te despiertas por la mañana y, digamos, la memoria de las últimas tres vidas se abre en ti y todo se convierte en uno. Ahora mismo, lo que pasó hace diez años está en un compartimento, lo que pasó ayer está en otro compartimento. Así que tienes una memoria a corto plazo, memoria a largo plazo y todo eso. En la vida normal, lo que pasó hace una vida está filtrado. Supongamos que la pantalla se rompe, lo que pasó hace una vida se siente como si hubiera pasado ayer. Ahora, digamos, en tu última vida eras otra cosa. Digamos, eras una mujer entonces y ahora eres un hombre. Entonces, cuando te despiertas por la mañana, ¡vas al baño equivocado, para empezar! Problema, ¿no es así? Muchas cosas como esta se abrirán y llevarán a grandes niveles de confusión y lucha dentro del ser humano porque es demasiado para manejar.

¿Cuál es el propósito de toda esta búsqueda de vidas pasadas? La pregunta es si quieres encontrar la causa de ello, o quieres encontrar una solución.

Todas mis lamentaciones son porque estás buscando soluciones en vidas pasadas cuando te estamos enseñando un proceso simple llamado Ingeniería Interior. La solución está en esto. Si prestas suficiente atención, se encarga de todo. Deja que esto se hunda en ti: solo ver que soy 100 por ciento, absolutamente, absolutamente responsable, manejará tu pasado, presente y futuro. Una vez que tu capacidad de respuesta sea continua, sabrás cómo responder a cualquier situación, sea cual sea la causa. De hecho, tanto el pasado como el futuro se abrirán en tu experiencia. Ahora, si estás en un estado de respuesta continuo, incluso si se abre el pasado, incluso si se abren diez vidas, no es problema. Incluso si se abre el futuro, no es problema. Pero si estás en un estado de respuesta selectivo o en un estado de respuesta discriminatorio, entonces si se abre el pasado, causará un tipo de problema, y si se abre el futuro, otro tipo de problema.

Sé que muchas cosas absolutamente bizarras están ocurriendo en el

mundo sobre explorar las vidas pasadas de uno. Son solo ejercicios psicológicos ridículos. Si realmente quieres ver algo del pasado, debes ser capaz de elevarte a niveles muy altos de conciencia donde cortará las líneas de la memoria. Lo que llamas 'vida pasada' son solo capas inconscientes de la mente en términos de memoria. Si te llevas a niveles elevados de conciencia, estas capas inconscientes de la mente, que te están gobernando desde dentro, podrían ser descompuestas, podrían ser disueltas.

Estábamos haciendo algo así en Samyama. Digamos, estás sentado meditando, después de un tiempo estás completamente consciente pero de repente encuentras que tu cuerpo comienza a deslizarse como una serpiente.

Sabes que está sucediendo, quieres detenerlo, pero el cuerpo simplemente se desliza como una serpiente. Cuando sales de la meditación, estás perfectamente normal. Te sientas a meditar, una vez más el cuerpo se arrastra.

Entonces tal vez salta como un pájaro, tal vez se mueve como un perro, o un tigre o algo así: puede tomar muchas formas. Estos días hemos puesto un clavo en su cabeza en gran medida; solo una vez en cuando alguien rompe y entra en tal violación del cortafuegos. Estas cosas suceden porque abrimos la Memoria Evolutiva. Todo estaba trabajando en la forma del cuerpo. Algunas personas se hicieron conscientes de esta memoria y tuvimos que hacer cosas para quitárselo. Supongamos que alguien se dio cuenta de que era un chimpancé en algún lugar o un zorro o una hiena; si esta memoria llega sin saberlo, ¡te despertarás por la mañana y comenzarás a hacer todo tipo de ruidos! ¿Puedes lidiar con eso?

Por qué esto está sucediendo es porque, en las capas inconscientes de la mente, hay tantas dimensiones a las que no puedes acceder, pero que están influyendo en todo lo que haces. Así que si pasas por un proceso donde, con niveles elevados de conciencia, llevas capas inconscientes de la mente a estados conscientes, no en términos de memoria sino en términos de energía y experiencia, puedes resolver estas cosas y dejarte completamente libre en gran medida dentro de ti mismo. En ese contexto, es relevante, pero recordar algo en términos de memoria no tiene ninguna consecuencia. Solo complicará y arruinará tu vida.

Tendrás la capacidad de manejarlo solo si tu capacidad de respuesta es no discriminatoria y fluida. Si tu respuesta es selectiva, solo multiplicarás el karma. Supongamos que te das cuenta de que hace diez vidas yo te era muy querido, entonces me responderás de una manera.

Supongamos que te das cuenta de que hace vidas yo era tu enemigo, comenzarás a responderme de manera diferente. No puedes simplemente quitarlo, porque tu capacidad de respuesta es limitada. Una vez que tu capacidad de respuesta es limitada, tu memoria es una molestia y cuanto más te abres, más problemático se vuelve. Ahora, si no tienes tales cosas y respondes como sea necesario en este momento, entonces, incluso si recuerdas que hace diez vidas me conocías, no importará, porque serás de la misma manera de todos modos. De lo contrario, solo multiplicarás tu karma si el pasado se abre para ti.

Bebé Hitler

A veces la gente también me pregunta: 'Hitler era un hombre tan horrible, fue responsable de los horrores de la Segunda Guerra Mundial y de la muerte de millones de personas, ¿en qué renacería? ¿Renacería como un animal?

¿En qué renacería Gandhi? ¿Sería alguien rico, famoso y popular?' Quieren usar esta referencia para saber cómo funciona la reencarnación.

En primer lugar, ¿quién dijo que todos tienen que reencarnarse? Además, puedes pensar que sabes mucho sobre sus vidas, pero la forma en que el mundo los conoce no es necesariamente cómo eran dentro de sí mismos. Lo que cuenta es cómo eran dentro de sí mismos existencialmente. A la vida no le importa si fuiste adorado como un santo o despreciado como un tirano. Entonces, lo que sucede después tampoco depende de eso.

En tu sociedad, un tirano puede ser malvado y un santo puede ser grandioso, pero existencialmente podría ser al revés. No estoy diciendo que sea así, pero es posible. Podría ser al revés porque no sabemos cuán torturados estaban dentro de sí mismos. Es muy posible que un hombre que torturó a todos los demás viviera bien dentro de sí mismo, y un hombre que intentó hacer el bien a todos se torturara a sí mismo. Pero muestra cuán diferente podría ser la vida existencialmente de lo que tú o la sociedad perciben.

La reencarnación no depende de eso.

Ahora, ¿es posible que alguien que es humano pueda renacer como un animal? Las personas tienen ciertos impulsos y deseos. Es el deseo lo que se convierte en el karma. Es la voluntad, la actitud hacia la vida. Fundamentalmente, se puede decir que es el deseo. Ahora mismo, digamos que tienes ciertos deseos que no se han cumplido. Digamos que tu deseo era acumular mil millones de dólares.

Pero no tienes la inteligencia para ganarlo ni el coraje o la capacidad para robar un banco para conseguirlo. No estás hecho de esa manera. Entonces, si consigues diez dólares, ahorrarás cinco. Te morirás de hambre, pasarás por todo tipo de dificultades para ahorrar, ahorrar y ahorrar. Con este proceso de acumulación, digamos, para cuando mueras, solo habrás ahorrado unos pocos millones.

Ahora, hay una gran urgencia dentro de ti para acumular más, pero mueres antes de eso con el mismo deseo de querer acumular. Tu karma no sabe qué quieres acumular, ya sea dinero o piedras. Qué tontería quiere acumular, no importa. Solo sabe que tiene que acumular. No tiene el poder de discriminación. Es casi como tus genes. Es un gen más sutil, no un gen físico. Solo sabe que te gusta acumular.

Entonces, la próxima vez, este gen puede decidir: '¡Oh! Todo lo que mi Maestro quiere es acumular. ¿Cuál será la forma adecuada para mí para acumular? Tal vez me convierta en una hormiga o tal vez me convierta en una abeja.' Puedes convertirte en eso, no lo sabemos. Acumulas la miel, alguien más se la come.

Si una cualidad particular es muy dominante en ti, tu karma buscará cualquier tipo de cuerpo y situación física que sea mejor para ti para cumplir esa cualidad. Supongamos que todo tu ser es comer—quieres comer, comer y comer.

Supongamos que mueres sin comer, insatisfecho, pensando en la comida incluso en tu lecho de muerte. La próxima vez, puedes volver como la mascota cerdo de alguien y ser realmente bien alimentado. La gente piensa que es un castigo volver como un cerdo. Esto no es un castigo para ti. La naturaleza no piensa en términos de castigo o recompensa. Dependiendo de tus tendencias, todo lo que esté insatisfecho dentro de ti, obtendrás el tipo de cuerpo que sea más adecuado para satisfacer esas tendencias. No necesariamente tiene que ser una forma animal; puede elegir ese tipo de forma humana en ese tipo de situación y en ese tipo de entorno donde pueda ser satisfecho. Pero podría ser de cualquier manera.

Esto es como un juego de serpientes y escaleras. Vas paso a paso, a

veces saltando, a veces saltando, a veces retrocediendo. Subes una escalera, pero mientras haya serpientes, pueden tragarte y llevarte de vuelta al principio. Subes unos días y vuelves a bajar. Solo sigue y sigue. Cuando estás en un camino espiritual activo, te damos un dispositivo con el cual puedes despojarte de todas las serpientes. Si solo asumes la responsabilidad, no habrá más serpientes en tu tablero.

Entonces no puedes construir más karma; se acabó.

El momento en que concentras toda tu atención en ti mismo, verás que eres la fuente de todo lo que está sucediendo aquí. En el momento en que esta conciencia entra en ti, no puedes construir más karma; está terminado. Ahora, solo tienes que manejar lo que está almacenado. Es muy simple. De lo contrario, seguirás vaciando de un lado y llenando del otro lado. No hay fin para eso. Así que mantener el enfoque en tu objetivo y crear ese anhelo que está más allá de todas estas limitaciones es la mejor manera de asegurarte de que la Naturaleza no sepa qué hacer contigo.

Cuando la Naturaleza no sabe qué hacer contigo, es bueno para ti porque puedes resolver tus cosas con mucha facilidad. Cuando la Naturaleza sabe qué hacer contigo, te pondrán en esta cámara o en esa cámara—la cámara masculina o la cámara femenina o la cámara de cerdo o la cámara de cucaracha o alguna otra cámara. Un cuerpo es solo una cámara. Así que si mantienes ese anhelo que no es por esto o aquello, la Naturaleza no sabrá qué hacer contigo. No puede empujarte de esta manera o

de aquella manera. No puede tomar una decisión sobre ti. Te da una ventaja.

Esa es la importancia de la ecuanimidad.

Parejas para toda la vida

Un esposo y una esposa pasan la mayor parte de sus vidas juntos. Probablemente comparten más cosas entre ellos que en cualquier otra relación. Para la mayoría de las personas, la relación entre el esposo y la esposa es una de las relaciones humanas más profundas. Entonces, si algo dura más allá de la muerte y se lleva a la siguiente fase de la vida, entonces la gente espera que esta relación sea la mejor calificada para hacerlo. Esto es también, hasta cierto punto, la base del adagio de que los matrimonios se hacen en el cielo. Pero en realidad, ¿es esto cierto? ¿Vuelven a estar juntos esposo y esposa en la próxima vida también?

Estos días, en Occidente, la gente está constantemente buscando quién es su alma gemela. ¡Siguen buscando incluso después de casarse varias veces! Pero en la India, la gente quiere saber si estaban casados con su cónyuge en su vida anterior también. Pero lo que realmente están preguntando es: '¿Cómo es que me casé contigo?' Si te surge una pregunta así, entonces debes mirarte a ti mismo para ver qué está sucediendo contigo. Después de muchos años de matrimonio, si todavía te preguntas, '¿Cómo es que me casé contigo?', realmente necesitas mirar no a vidas anteriores, sino a la vida que estás viviendo ahora. Creo que esto fue promovido en gran medida por el cine indio de los años 70 y 80 con todas esas canciones sobre 8 *janam janam ka sathi '*

(compañero de muchas vidas) y todo eso. Esto no es tanto un problema de la generación de hoy. En las películas de hoy, todos están pensando en relaciones, su fecha de caducidad y todo eso. Si tu búsqueda de la verdad está guiada por el cine comercial, entonces estas cosas te suceden.

Esta creencia o esperanza puede haber surgido porque en algún lugar, alguien dijo que esposo y esposa se reúnen durante siete vidas. Si digo que esto es cierto, probablemente la mayoría de la gente no querría casarse en absoluto. Pero no es correcto negar esta posibilidad por completo. Es posible que las parejas vuelvan a reunirse si se casaron de una manera determinada. Si la persona que estaba llevando a cabo el matrimonio los casó de una manera tan poderosa que unieron esas dos vidas en una unión para llevar a una unión definitiva, entonces es posible. Pero esto es extremadamente raro.

Hoy en día, la gente quiere saber esto porque quieren alguna razón especial para aferrarse. Si la única manera en que puedes aferrarte a alguien es creyendo que has estado juntos durante muchas vidas, es una forma horrible de vivir. No crees tales horrores en tu vida. Estoy contigo ahora porque quiero estar contigo—esta es una forma hermosa de estar con alguien. Además, si has estado juntos durante tres vidas, ¡tal vez sea hora de separarse! La gente me pone a prueba con estas cosas todo el tiempo. Preguntan, 'Sadhguru, ¿estuve contigo en la vida pasada?'

¿Qué te hace pensar que si te hubiera visto en la vida pasada, volvería a aparecer ante ti una vez más?

Lo que sucedió ayer no tiene importancia, pero ahora estás tratando de crear una consecuencia de lo que pudo haber sucedido. Esta memoria te está paralizando. No te permite usar tu mente como un

instrumento de penetración, como un instrumento para abrir dimensiones de la vida.

Si esa es la única manera en que puedes relacionarte con tu esposo o esposa, ¡qué forma tan patética de relacionarte con las personas! Deberías encontrar valor en el ser humano que está frente a ti por lo que es ahora, no por lo que fue en algún lugar.

Un logro de la sociedad moderna es que no te valoramos por quién fue tu padre; te valoramos por quién eres. Lo que has hecho de ti mismo ahora es importante, no quién fue tu padre. Este es el gran cambio que hemos hecho desde una forma de vida feudal a sociedades modernas. Si vinieras a la India hace cincuenta o cien años, nadie miraría tu cara y te preguntaría quién eres. Solo preguntarían quién era tu padre. Eso ha cambiado significativamente. Somos un poco caóticos, pero sigue siendo un paso bastante significativo.

Ahora, preguntar qué eras en tu vida anterior es peor que preguntar quién es tu padre. Lo que eres ahora mismo, lo que has hecho de tu vida ahora mismo es lo más significativo. Así que no pierdas tu tiempo y tu vida escarbando en el pasado. A menos que sea necesario por razones espirituales o para realizar una tarea que no sería posible sin la participación de ciertas personas con asociaciones pasadas, esta dimensión no debe abrirse en absoluto. La mayoría de las personas no pueden manejar los recuerdos, pensamientos y emociones de una vida. Entonces, abrir muchas no traerá bienestar.

La única relación duradera

En la tradición espiritual, a menudo se dice que si tienes un Guru en tu vida, entonces si naces de nuevo, te convertirás en el discípulo del mismo Guru. Entonces, en general, si otras relaciones no continúan a lo largo de las vidas, ¿cómo es esta una excepción a la regla*?*

En primer lugar, necesitas entender qué es una relación y por qué existen las relaciones humanas. Ahora, puedes haber formado varios tipos de relaciones en tu vida para diferentes propósitos. Algunas son para tus necesidades emocionales, algunas para necesidades físicas, algunas para necesidades financieras, algunas para necesidades sociales, algunas para necesidades psicológicas, algunas para comodidad, etc. De muchas maneras, has formado relaciones. Cualquier tipo de relación que formes, ya sea emocional, psicológica, social, financiera o física, fundamentalmente, está relacionada con el cuerpo. Cuando la relación se basa en el cuerpo, cuando el cuerpo se cae, la relación simplemente se evapora. Ese es el final.

Solo si una relación trasciende las limitaciones físicas, entonces hay una posibilidad de que esta relación se extienda más allá de las limitaciones del cuerpo físico. Tal relación puede extenderse más allá de las vidas o extenderse a lo largo de las vidas. Solo cuando de alguna manera trasciendes las limitaciones físicas, puede extenderse a lo largo de las vidas. Cuando digo físico, me refiero a la estructura mental también como física y la estructura emocional también como física. Ha habido esposos, esposas y amantes que se han vuelto a reunir durante vidas porque su amor era tan fuerte que trascendía la base de una relación basada en necesidades.

Podría haber algunos ejemplos de otras relaciones que van más allá de las limitaciones físicas, pero todos estos son muy raros. Generalmente, es solo la relación Maestro-discípulo la que se lleva a cabo durante vidas. Todas las demás relaciones se unen para la conveniencia de lo físico; una vez que se acaba, simplemente se desmorona.

Incluso si el discípulo no tiene idea del ser del Maestro, el negocio del Maestro es solo con el ser del discípulo. Esta relación siempre se basa en la energía. No se basa en la emoción, no se basa en la mente, ni se basa en el cuerpo. Una relación basada en la energía ni siquiera se da cuenta de si los cuerpos han cambiado o no a lo largo de las vidas. Continúa hasta que la

energía llega a la disolución. Para la energía, no hay renacimiento. Solo el cuerpo renace. La energía simplemente continúa como un flujo y, en consecuencia, lleva la relación.

Hay muchas personas aquí con nosotros en Isha que estaban conectadas con nosotros en el pasado. Pero no todos están conectados de la manera Maestro-discípulo. Algunos están conectados de alguna manera kármica de hace unos 400 años también. No solo aquellos que nos apoyaron, sino también aquellos que nos persiguieron, que nos atormentaron, ellos también están en su mayoría en Coimbatore hoy. No todos ellos son nuestros meditadores, pero están con nosotros. Es así. Así es como funciona la vida.

Ahora, ¿por qué todas estas personas aterrizan en un solo lugar? ¿Sabes por qué la brisa sopla en una dirección particular y no en la otra? Todo el impulso del viento en el mundo es solo esto: se mueve de puntos de alta presión y alta densidad a puntos de baja presión y baja densidad. Durante el día, cuando la tierra se calienta, la densidad se vuelve baja. Dondequiera que la densidad sea baja, el viento se apresura allí. Luego se enfría o a veces incluso llueve y luego eso se convierte en alta densidad y el viento se mueve hacia atrás. En la

naturaleza, dondequiera que haya vacío, todo se apresura allí.

Esto es así también con el karma. Cuando la bolsa kármica de alguien está vacía, todas esas otras bolsas de karma que han estado de una manera u otra conectadas a eso durante tantas vidas tienden a moverse hacia esa dirección, consciente o inconscientemente—en su mayoría inconscientemente—porque para todos ellos hay una posibilidad ahora. Cuando una bolsa se vacía, cada bolsa que está conectada tiene la oportunidad de vaciarse. Pero a menos que haya algún significado espiritual en estas cosas, no prestamos atención a las conexiones pasadas.

La mayoría de los que se acercan a mí es debido a su karma pasado de otra vida, no por elección consciente. Muchas veces, su mentalidad presente y los arreglos de vida que han hecho están en confrontación con su anhelo desesperado de estar aquí. Muchos, después de cumplir con su rol kármico, se preguntan por qué están aquí. Aquellos que han ganado algo de lo más allá aquí en esta vida continuarán, aquellos que están aquí debido a su viejo stock de comida, desafortunadamente, pueden tener que irse. Mi

compromiso es solo cumplir con la obligación espiritual, pero no siempre puedo cumplir con los aspectos emocionales y sociales de estas relaciones duraderas.

Vida más allá de mil lunas

Las personas que mueren después de los ochenta y cuatro años o, en otras palabras, aquellos que han presenciado más de 1008 lunas llenas morirán una muerte que es muy diferente de otros tipos de muertes. Incluso si una persona así ha vivido una vida estúpida, incluso si nunca miraron al cielo cuando estaban vivos, una persona así no renacerá. Una vez estábamos visitando a uno de nuestros vecinos en los Estados Unidos. Fuimos sin avisar, así que cuando entramos por la puerta, el vecino salió con una escopeta para ver quién había llegado. Era un hombre muy anciano, y fue un poco extraño verlo salir con una escopeta. Así que le pregunté, '¿Por qué traes una escopeta para revisar quién ha venido? ¿Tienes muchos enemigos?' Él solo se encogió de hombros y dijo, 'No, todos esos bastardos están muertos.' Así que si solo vives lo suficiente, ¡incluso puedes vencer a tus enemigos! Es así.

Cuando uno cruza 1008 lunas llenas de tiempo, que equivale a casi ochenta y dos años de edad, algo maravilloso comienza a suceder dentro de una persona. En algún lugar entre ochenta y dos y ochenta y

seis años de edad, de repente, ocurre un cierto aflojamiento dentro de las personas que viven tanto tiempo.

Notarás que muchos de ellos de repente se vuelven muy dulces. Su mal humor se ha ido, no se quejan, están bastante bien porque el agarre kármico en su vida se aflojará. Este proceso alcanza un nivel sustancial de madurez cuando uno cruza los ochenta y cuatro años de edad.

Orgánicamente, los ochenta y cuatro años de edad están relacionados con la integridad básica de la organización elemental y pránica de la estructura física. Cruzar estos hitos, saludablemente y conscientemente, siempre conduce a un inusual sentido de sabiduría y equilibrio en un individuo, que es esencialmente la consecuencia de obliterar la ilusión de la vida y la muerte.

La fisicalidad de nuestro nacimiento es una conspiración tramada entre la luna y la Tierra. Nuestro propio nacimiento está arraigado en los ciclos menstruales de nuestra madre, y ese ciclo está vinculado a los ciclos lunares. El sol luego proporciona la energía básica y el ambiente necesario para incubar la vida. Los ciclos de lo femenino y los ciclos de la luna han llegado a tal concurrencia en el sistema humano que no podemos aspirar

a una evolución física más allá. Entonces, esto ha resultado naturalmente en una evolución en términos de conciencia o intentos de evolucionar de maneras distintas a lo físico.

De las muchas cosas que hacemos como vida en este planeta, hay tres aspectos más vitales: uno es el de la auto-transformación que uno trasciende todas las identidades, el segundo es asegurar la calidad de los aún no nacidos y el tercero es evolucionar o encontrar una liberación absoluta para la vida que ha partido. En el cumplimiento de estos tres aspectos más vitales, los ciclos de la luna tienen un papel significativo. Si utilizamos las situaciones de luna llena y luna nueva con cierta comprensión, no necesitamos nadar contra la corriente.

Incluso durante nuestro ciclo de vida, los ciclos de la luna juegan un papel significativo en muchos aspectos de nuestro estado físico y psicológico, pero el impacto de los ciclos de la luna es realmente enorme en la concepción. Una pareja que es consciente hará esfuerzos para concebir de doce a dieciséis días antes de la luna llena para que el ser que entra en el útero pueda hacerlo el próximo día de luna llena. Hay muchos más aspectos a tener en cuenta. Si uno está dispuesto a abordar la facilitación del proceso de vida como un deber

sagrado, no solo como una consecuencia de sus pasiones mutuas y anhelos y la satisfacción del placer, podemos entrar en muchos más detalles sobre el momento y la naturaleza de la concepción.

También tiene un impacto similar en el proceso de la muerte. Cuando el cuerpo ha visto 1008 lunas llenas, el cuerpo de energía llega a un cierto nivel de inestabilidad. Cuando digo inestabilidad, me refiero de manera positiva. No puede retener esa estructura muy claramente. Las paredes de la burbuja se están adelgazando porque ha pasado por su ciclo completo. Entonces, cuando la persona muere, no puede buscar otro útero porque no tienen el fuego kármico necesario en ellos. Así que deambulan. Ahora, es muy fácil liberarlos. Incluso si toma un cuerpo, definitivamente será una burbuja mucho más grande que la forma en que era. Pero es posible que simplemente deambule por un tiempo y estalle. Esto es cierto para una gran cantidad de ellos. Pero algunos pueden deambular y tomar un cuerpo como una burbuja mucho más grande, una vida más significativa. Si las personas aguantan hasta los ochenta y cuatro años, independientemente de cómo vivieron sus vidas, es posible—no estoy diciendo que esté garantizado—es

posible que alcancen el Mahasamadhi. La posibilidad es mucho mayor ahora, simplemente porque los tontos aguantaron lo suficiente.

Muchas veces, las personas pierden la ventaja natural de cruzar 1008 lunas llenas porque, para entonces, se vuelven completamente inconscientes en términos de memoria o acceso al banco de Memoria Kármica. Si tienes más de ochenta y cuatro años, pero has perdido la conexión con la sustancia que te hace, te volverás como un fantasma o un muerto viviente, porque es la masa kármica lo que te hace este tipo de persona. El Prarabdha Karma, 1 o el tazón de memoria que se tomó para esta vida, se ha terminado, pero no sabes cómo sumergirte en el cubo, o el Sanchita Karma, y tomar otro tazón para que sigas adelante. Si supieras cómo tomar otro tazón y otro tazón de karma o si pudieras abrir todo el cubo y usarlo, entonces podrías vivir 200 años, no hay problema. Ahora, cuando has agotado todo, alcanzarás el mukti, y te irás. Pero si no puedes sacar el próximo tazón y aún mantienes el cuerpo en marcha, entonces te volverás como un fantasma. Es por eso que la búsqueda de la inmortalidad y la longevidad a través de medios no naturales está llena de demasiados peligros.

Nacimiento: Siempre un Comienzo

Si las personas iluminadas renacen, ¿nacen iluminadas? ¿La iluminación también se lleva a la próxima vida? Y específicamente, en

mi caso, la gente pregunta si tuve dos vidas iluminadas detrás de mí, ¿por qué la experiencia en las colinas de Chamundi tuvo que esperar hasta que tuviera veinticinco años de edad?

Ya vimos que para la mayoría de las personas, su momento de iluminación y su momento de dejar el cuerpo es el mismo. Cuando sus energías alcanzan cierto punto, dejan el cuerpo. Ese momento de dejar el cuerpo también es iluminación para ellos. Entonces, a menos que tengan cierto dominio sobre la mecánica del cuerpo, y logren retener su cuerpo porque tienen algún trabajo específico que hacer, la cuestión de regresar no surge. Si tu objetivo es solo la liberación, entonces la iluminación y dejar el cuerpo siempre estarán juntos. Si tienes

otros objetivos de querer hacer algo más con la libertad que has encontrado dentro de ti mismo, entonces hay algo más por hacer.

Es como esto: digamos, liberas a un prisionero de la prisión; él es liberado. Se va. Nunca más quiere volver a la prisión. Pero hay algunos que son lo suficientemente ambiciosos o estúpidos como para querer no solo liberarse de la prisión sino también dirigir la prisión. Él es un prisionero, pero ahora quiere convertirse en oficial de la prisión. Solo cuando tienes este tipo de problema, retienes tu cuerpo. De lo contrario, la aspiración normal del prisionero es salir de alguna manera. No buscará empleo en la prisión. ¡Se necesita un idiota como yo para hacer eso!

Entonces, ¿una persona que está iluminada nacerá iluminada? Si tomas un plantón de mango, tiene todas las cualidades de un árbol de mango—es capaz de producir mangos. Pero no brota mangos en el momento en que brota del suelo. Toma su tiempo. La naturaleza permite este tiempo para que el plantón de mango crezca hasta cierta solidez, fuerza, madurez, equilibrio y capacidad para mantenerse en pie. Solo entonces florece y da frutos. En el momento en que brotan dos hojas, si aparecen los mangos, el árbol podría morir. Así que esperará a que llegue a cierta altura y solidez, solo entonces saldrán los mangos.

Del mismo modo, un ser iluminado tiene ciertas cualidades que están consagradas en él o ella, que no pueden ser quitadas. Pero cuando nace, nace como cualquier otra persona. Las cualidades siguen ahí, inherentes en él.

Esperará cierto tiempo y espacio donde pueda encontrar expresión.

Esta es la inteligencia de la Naturaleza. Sabe exactamente cuándo debe florecer para encontrar el máximo fruto. Si florece demasiado temprano, no encontrará su fruto completo.

Así que esperará. Dependiendo del tipo de trabajo que tenga la intención de realizar, se desarrollará en consecuencia.

Hemos visto esto en India durante mucho tiempo: muchos *bala yogis* [2] se iluminan a la edad de seis o siete años. La mayoría de ellos nunca cruzan los veinticinco o treinta años. Antes de eso, se irán porque no pueden sostener el cuerpo a esa intensidad de existencia. Así que si la Naturaleza da suficiente espacio para que la mente, el cuerpo y las emociones se desarrollen y maduren de cierta manera antes de que la dimensión se vuelva viva en esa persona, pueden sostenerlo mucho mejor.

Esto es cierto también para mí. Aunque hubo una experiencia de vivir una vida iluminada durante dos vidas, todavía tuve que esperar hasta los veinticinco años antes de que el recordatorio me golpeara. Esto se debe a que la razón misma por la que este cuerpo fue tomado esta vez fue fundamentalmente para la consagración del Dhyanalinga. Para esto, no es solo la iluminación—

necesitas un cuerpo perfecto en muchos sentidos. Cuando digo perfecto, no me refiero a la perfección atlética, sino un cuerpo perfecto en términos de gestión de tus energías y lo que puedes hacer con él. Esto no es posible en un niño. Cuando miro hacia atrás a esos veinticinco años, la forma en que la actividad sucedió en mi vida, el tipo de actividad que sucedió, todo ocurrió en una progresión perfecta para mi propósito. Todo sucedió de tal manera que todo lo que era necesario para el desarrollo de este cuerpo y esta mente y estabilizar mis emociones sucedió naturalmente como un proceso de vivir.

Por ejemplo, a la edad de doce años, aunque yo era alguien que era salvaje, jugaba, trepaba árboles, hacía senderismo y cosas así, el mejor maestro de Yoga disponible en el sur de India vino a mí y de alguna manera me inspiró para aprender prácticas yóguicas. [3] Y sin una sola palabra o pensamiento, simplemente lo acepté. Unos doce años después, grandes cosas me sucedieron. Así que este proceso de cuándo debería suceder es la inteligencia de la Naturaleza. Nunca cuestionas la inteligencia de la Naturaleza, porque tu inteligencia es demasiado pequeña para cuestionar la inteligencia de la Naturaleza. Lo que sea que suceda naturalmente siempre es correcto, no hay duda al respecto. Es solo que tus objetivos y metas a corto plazo pueden no estar en sintonía con lo que está sucediendo, así que luchas con eso. Pero en el

sentido real, no puede estar equivocado. Siempre se mueve en la dirección correcta porque la Naturaleza no decide las cosas con pensamientos y emociones. Simplemente decide las cosas según tus tendencias. Esto no es un pensamiento. Con el pensamiento, siempre puedes cometer un error, pero con las tendencias, no puede haber error.

Mira, hoy puedes pensar que algo es lo correcto. Pero mañana si solo comienzas a pensar en la dirección opuesta, al final de ese día, puedes llegar claramente a la conclusión de que esto no es lo mejor. Esta es la naturaleza del pensamiento. Con el pensamiento, siempre puedes cometer un error, ya que funciona con datos muy limitados. Y la mayoría de los pensamientos son solo un error. Pero la Naturaleza opera a partir de tendencias. Un

mango no piensa cómo producir un mango. Su tendencia es así. Simplemente se mueve en esa dirección y simplemente hace lo que tiene que hacer y todo sucede en el momento adecuado.

En mi juventud, no era una persona que estuviera atraída por la espiritualidad.

Pero en ese momento de mi vida, simplemente, accidentalmente, aquí y allá, comencé a conocer a personas en el camino espiritual. En ese momento, así de simple, las cosas encajaron en su lugar porque las tendencias estaban saliendo a la superficie lentamente y el apoyo necesario para manifestarlo también llegó. Entonces, para un ser iluminado que renace, depende del tipo de trabajo que esa persona tenga como objetivo para su vida. En consecuencia, en el momento adecuado, las cosas sucederán. La iluminación se trata de ir más allá de la individualidad y estar disponible para la Universalidad.

El renacimiento de los lamas

Un grupo de personas que le dan mucha importancia a la reencarnación de Maestros son los tibetanos. Debes entender que los lamas tibetanos son básicamente tantriks en las regiones superiores del Himalaya que se convirtieron al budismo. La suya es una cultura tántrica. Nepal es un país lleno de Tantra. 4

Tiene cinco templos para realizar rituales y procesos tántricos. Los monjes budistas de la India salieron a Tíbet como misioneros agresivos en ese momento y convirtieron a grandes poblaciones. La cultura tántrica subyacente permaneció, pero se convirtieron en budistas. Reemplazaron sus ídolos, pero la cultura tántrica básica permaneció.

Entonces, la cultura tibetana se convirtió en una mezcla de budismo y la forma de vida tántrica. En realidad, los dos son diametralmente opuestos. El Tantra está lleno de rituales, pero Gautama y los rituales simplemente no pueden ir juntos. El trabajo principal de Gautama fue destruir todos los rituales y hacer la vida meditativa. Hoy en día, los budistas tibetanos son budistas ritualistas. Practican rituales que son más elaborados que los rituales hindúes.

Algunas personas en esa cultura definitivamente eran capaces de determinar conscientemente su reencarnación y cosas así, y algunos Maestros eligieron regresar una y otra vez. Aparentemente, en algunos casos, hay registros donde la misma persona regresó hasta treinta vidas.

Generalmente, antes de que una persona así muriera, diría: 'En mi próxima vida, naceré aquí con estos signos. Por favor, ven y reconóceme.'

Entonces lo buscarían donde sea que estuviera en el mundo y llevarían al niño de regreso al monasterio. Pero no todos los Maestros hacen esto. Muchos de ellos simplemente se disuelven y desaparecen. Pero con el tiempo, esta predicción de reencarnación e identificación de la reencarnación se convirtió en una cultura compulsiva.

Digamos, sucedió en un monasterio en particular que un Maestro murió, y al undécimo día después de su muerte, él se comunicó de alguna manera sobre su reencarnación. Ahora, lentamente, con el tiempo, hicieron de esto una tradición que siempre que un Maestro o un monje senior moría, también se reencarnaría de una manera particular. Si nada de eso sucedía, tenías que admitir que el Maestro no era un ser evolucionado o simplemente tenías que crear un milagro y continuar con la leyenda. Generalmente, la gente optaba por crear un milagro porque no podían permitir que la reputación del monasterio se arruinara. Entonces se convirtió en una tradición. Es desafortunado que el mundo esté vendido en estos milagros.

La tragedia de un proceso espiritual vivo que se convierte en una tradición muerta no está aislada a una geografía o grupo. Esta ha sido la realidad desafortunada en demasiadas culturas. El esfuerzo por mantenerlo como un proceso vivo y no una tradición sin vida es el desafío al que todos los procesos espirituales deben esforzarse. El budismo tibetano ha producido muchos Maestros maravillosos y el valor de eso es inmenso. Padmasambhava, quien en muchos sentidos es la clave de esa tradición, caminaba con un tridente y dos esposas. La gente se refiere a él como el Shiva tibetano, definitivamente no un

monje budista de una tradición.

Mis vidas pasadas

Hay cualquier número de mis vidas que están en mi memoria, pero no presto atención a ninguna de ellas. Tengo una parte de vida en Zambia, por ejemplo, pero solo presto atención a lo que ha sido espiritualmente significativo de alguna manera. El resto no tiene importancia. Hay muchas cosas a mi alrededor hoy en día que son un legado de mi pasado. Pero solo he llevado aquellas cosas que son de importancia espiritual. Quién fue mi madre, quién fue mi padre, quiénes fueron mis hermanos, quiénes fueron mis hermanas, quiénes fueron mis hijos en todas esas vidas pasadas, puedo perseguirlos muy fácilmente—pero no lo haré. No les he prestado atención en absoluto.

Solo aquellos que estuvieron conmigo en espíritu—no en carne y hueso—los cuido. Aquellos que estuvieron conmigo en carne y hueso, los dejo a la Tierra, porque es a la Tierra a la que pertenecen. En ese sentido, solo considero significativas mis últimas cuatro vidas.

Bilva

A principios de 1600, vivía un joven en un pequeño pueblo (la actual ciudad de Raigarh) en el estado central de Chhattisgarh, en India.

Su nombre era Bilva. Era un hombre de la tribu que vivía una vida salvaje e intensa. Existe una cierta tradición en la India donde algunas personas llamadas los *budududuku* simplemente caminan por las calles, generalmente muy temprano en la mañana, cuando aún está oscuro. Te despiertan con sus tambores.

Intuitivamente, si ven algo, te lo dirán. Pueden decir, por ejemplo, que la muerte ocurrirá en tal o cual casa en dos semanas, o que alguien se enfermará en algún lugar, y así sucesivamente. Generalmente, la gente prestaba atención a estas afirmaciones espontáneas porque se sabía que se cumplían. Si no se les ocurría nada ese día, simplemente cantaban canciones en alabanza de Shiva. Después de esto, iban y se sentaban en un templo por un tiempo, donde la gente iba y les hacía algunas ofrendas.

Esta era una tradición dentro de la cultura Shaiva, donde esta tribu en particular de personas también estaba involucrada en el encantamiento de serpientes. Las serpientes y Shiva están profundamente conectadas. Bilva pertenecía a una tribu como esa. Bilva estaba profundamente enamorado de lo que hacía. Estas eran personas que vivían totalmente, amando la vida por lo que es. No eran

del tipo que acumulaba nada.

No tenían sentido del dinero, la propiedad o las posesiones. Simplemente vivían y Shiva era el aspecto más importante de sus vidas.

Bilva amaba a las serpientes. Recuerda, las serpientes generalmente son criaturas venenosas. Si eres del tipo que ama a las criaturas venenosas, debes ser una persona diferente. Para besar una serpiente, debes ser muy valiente. Era una persona para quien el amor lo significaba todo; el resto era secundario. Estar vivo mismo era secundario. Ese es el tipo de persona que era. Era alguien que no podía encajar en la estructura social y era visto como un rebelde. Por uno de los muchos actos rebeldes que hizo—no respetar la distinción de castas prevalente—fue condenado a muerte a una edad muy joven por la mordedura de una cobra, mientras estaba atado a un árbol.

En ese momento, no se le podía llamar realmente una persona espiritual; era un devoto de Shiva. Pero durante esos últimos momentos de su vida, observó su respiración. No había nada más que pudiera hacer y la observación de la respiración simplemente sucedió. El veneno de la cobra entró en su cuerpo y su respiración se volvió muy trabajosa. La muerte estaba a solo unos minutos de distancia.

Durante este tiempo, observó su respiración. Fue más una consecuencia que una conciencia consciente. Mordido por una cobra y dejado para morir, yacía boca abajo, casi muerto. Sin embargo, logró ser consciente de esos últimos minutos de vida. Esto fue más por Gracia que por cualquier sadhana.

De esos pocos minutos de observación de la respiración, comenzó un nuevo proceso espiritual que cambió el futuro de esa persona de muchas maneras.

Shivayogi

En sus dos próximas vidas, fue un buscador muy intenso de la Naturaleza Última. Shiva era su camino. Ambas veces fue conocido como Shivayogi.

En la primera vida de sadhana, murió a la edad de treinta y siete años. No tenía ninguna enfermedad, solo hambre y la intensidad de su sadhana lo mataron. No murió iluminado, pero murió con toda dignidad. Murió sin gritar, llorar o llorar, sino simplemente tratando de hacer sadhana, de ser meditativo y morir.

La segunda vez le fue mejor. Vivió hasta los cincuenta y cinco años de edad. Pasó por una sadhana desgarradora, pero aún no había ocurrido la Realización final. En ese momento, se le otorgó la Gracia Suprema.

Por lo general, no hablo de mi Guru. Se llamaba Sri Palani Swami y era un ser más allá de las proporciones. Ese no era su verdadero nombre, pero se le llamaba así porque había alcanzado un cierto estado de samadhi cerca de la ciudad de Palani en Tamil Nadu. Permaneció en este estado durante unos dos años y medio. Después de eso, vagó por todo el país, iluminando a muchas personas. Llegó a Shivayogi, en la segunda vida, y le otorgó su Gracia, a un sadhaka desamparado.

Cuando este Shivayogi lo vio, reconoció que este era el Guru.

Hasta entonces, no aceptaba a ningún ser humano como su Guru. Para él, Shiva era el único Guru. Quería que Shiva viniera e iniciara, pero cuando vio a Sri Palani Swami, reconoció que este ser estaba en la cima de la conciencia y se ofreció. Pero en algún lugar todavía había un poco de resistencia porque no podía ofrecerse completamente a otro

hombre. Solo se ofrecería totalmente a Shiva. Entonces, el Guru, por compasión, tomó la forma de Shiva mismo. Shivayogi se rindió. Sri Palani Swami ni siquiera lo tocó con la mano o el pie; simplemente tomó su bastón y golpeó el Chakra Agna de Shivayogi, o frente. En ese momento, Shivayogi alcanzó su Naturaleza Última.

Este contacto con el Guru duró solo unas pocas horas. Después de eso, nunca volvieron a encontrarse, pero estuvieron constantemente en contacto. Sri Palani Swami alcanzó el Mahasamadhi en las Montañas Velliangiri. De alguna manera, identificó a Shivayogi como una persona adecuada para establecer el Dhyanalinga y le encargó este trabajo. No en discurso, no en palabras, sino sin palabras, le comunicó la inmensa tecnología necesaria para consagrar el Dhyanalinga. Así que Shivayogi comenzó a trabajar para establecer el Dhyanalinga. No pudo cumplir la visión de su Guru en esa vida debido a recursos limitados y falta de apoyo. Así que el resto de su tiempo en esa vida lo pasó mayormente con los ojos cerrados.

Sadhguru Sri Brahma

Para continuar con el trabajo de crear el Dhyanalinga, Shivayogi regresó como Sadhguru Sri Brahma. Comenzó el trabajo hacia esto en Tamil Nadu. Viajó extensamente por el estado y estableció varias

pequeñas instituciones, pero su trabajo en el Dhyanalinga se centró en Coimbatore. Aquí enfrentó mucha resistencia social de la gente. Como el Dhyanalinga es la manifestación más alta de lo Divino, incluye todos los aspectos y manifestaciones de la vida. Así que consagrarlo involucraba a hombres y mujeres en procesos muy intensos. Si un hombre y una mujer se sientan juntos, la gente solo puede pensar en una cosa. Así que surgió mucha resistencia y literalmente fue expulsado del lugar. Se enojó mucho porque no pudo cumplir la voluntad de su Guru y dejó Coimbatore con gran furia, como si estuviera en llamas.

Esos fueron los peores momentos en la vida de Sadhguru Sri Brahma. Pero de muchas maneras, lo mejor surgió en ese momento. Después de vidas de sadhana y luego encendido por una Gracia fenomenal del Guru, estaba bastante seguro de que lo que se propuso hacer sucedería.

Pero ardía de furia cuando le fue arrebatado por personas muy ordinarias y mediocres, a quienes había subestimado. Se dio cuenta

que el poder de la ignorancia nunca debe subestimarse. Es muy poderoso y el mundo está gobernado por él la mayor parte del tiempo. Piensas que tu conocimiento, tu fuego, tu iluminación harán cosas, pero los iluminados siempre son individuos, los ignorantes están en masas. Hay un gran poder en eso.

No hizo los cálculos fríos necesarios para trabajar en el mundo, no porque fuera incapaz de hacerlo. No lo hizo simplemente porque pensó que su fuego y su conocimiento lo llevarían. Pero así no es como siempre funciona el mundo. El aspecto material del mundo, los seres humanos de diferentes tipos, necesitan ser manejados como es adecuado. De lo contrario, no funcionará. Y esta es una lección maravillosa para todos: una lección que no he olvidado ni por un momento en mi vida: incluso si llevas la Luz Divina dentro de ti, aún habrá oscuridad detrás de ti. Así que a menos que hayas creado muchas pequeñas luces detrás de ti, necesitas girar constantemente y comprobar qué está sucediendo.

Sadhguru Sri Brahma estaba solo. Había personas aquí y allá que había iluminado, pero no le gustaba que nadie lo siguiera, así que estaba solo. Debido a que estaba solo, detrás de él había oscuridad, y lo siguió y no le permitió cumplir el propósito de su vida. Esta es una buena lección para todos: incluso un ser humano tan magnífico como Sadhguru Sri Brahma, que podía hacer cosas que no se consideran humanas o humanamente posibles, no pudo cumplir con lo que vino

para. Y no importa cuántas cosas hagas, si no puedes cumplir con el propósito por el que te has levantado, eso se considera fracaso. Sadhguru Sri Brahma falló y no le gustó; no le gustó ni un poco. Así que conociendo la única emoción que conocía, se enojó. Siempre estaba enojado—no por nada ni por nadie, pero la ira era su vehículo para una existencia intensa.

En esa ira, comenzó a caminar sin ninguna dirección particular. Al ver su fiereza, nadie pudo acercarse a él, excepto un discípulo llamado Vibhuti que lo siguió. Sadhguru Sri Brahma caminó sin detenerse a comer, dormir o incluso sentarse durante tres o cuatro días. Durante este tiempo, el discípulo lo seguía, intentaba medir en qué dirección iba el Maestro, cocinaba comida y corría para alcanzar a su Maestro y colocar

la comida frente a él, apartarse y esperar con la esperanza de que comiera.

¿Hacia dónde caminaba? Eventualmente comenzó a caminar en la dirección donde estaba el aroma de la Gracia para él. Así que caminó hacia la ciudad de Kadapa, en el estado de Andhra Pradesh. Inicialmente, cuando partió, ni siquiera pensó a dónde iba. Solo estaba caminando a ciegas para enfriar un poco su cabeza. Pero invariablemente fue en esa dirección porque hay un templo en Kadapa 5 donde el propio Sri Palani Swami había pasado mucho tiempo. Probablemente, fue re-consagrado por él. Así que Sadhguru Sri Brahma fue en esa dirección.

Cuando finalmente llegó al templo en Kadapa, su ira aún no se había calmado. Incluso después de cuatro o cinco meses, todavía estaba enojado. Nadie podía acercarse a Sadhguru Sri Brahma y su discípulo. No es que hicieran algo o dañaran a alguien, pero eran tan feroces—más feroces que los animales salvajes—que incluso si solo estaban sentados, nadie quería acercarse a ellos. En pocos días, todos los sacerdotes del templo se fueron, ya que no podían quedarse allí debido a la intensidad de ese ser. Sadhguru Sri Brahma sabía que no tenía mucho tiempo. Sabía que debido a ciertas limitaciones kármicas, tendría que dejar su cuerpo en los próximos dos años.

Cuando su cabeza se enfrió un poco y pudo dejar de lado la vergüenza y el resentimiento del fracaso un poco, se dispuso a hacer algunos cálculos muy fríos. De ser un yogui fogoso, exuberante y despreocupado, pasó a ser un cálculo frío, un fuego altamente pragmático y controlado. Se sentó con su discípulo y trazó un plan sobre cómo hacer que el Dhyanalinga sucediera en la próxima vida. Se

decidieron muchas cosas allí: quién debería estar involucrado en el proceso de consagración, dónde deberían nacer, en qué útero, cómo y en qué momento. Trazó cada aspecto que sería necesario y determinó soluciones para muchos problemas que podrían impedirlo. Sadhguru Sri Brahma incluso decidió qué tipo de persona debería nacer, cómo debería ser su cuerpo físico y su estado mental. Todo se creó allí mismo. El plano fundamental para el Dhyanalinga se hizo en ese templo de Kadapa.

Sadhguru Sri Brahma luego regresó a Coimbatore por última vez.

Estaba subiendo las Montañas Velliangiri, que también contenían su

samadhi del Guru. Había muchas personas reunidas al pie de la colina ese día. A ellos, declaró: 'Este volverá.' Ascendió la montaña por última vez. Ahora, Sadhguru Sri Brahma estaba súper cargado con el fracaso y, al no poder cumplir la voluntad de su Guru, realizó una hazaña extremadamente rara: salir a través de los siete chakras a la vez.

Fue uno de los muy pocos Maestros que tenía dominio sobre todos los siete chakras y fue referido como Chakreshwara.

Tenía solo cuarenta y dos años en ese momento. Hizo esta cosa fenomenalmente rara como preparación para la consagración del Dhyanalinga.

Aunque sabía que su fracaso se debía a una mala gestión de las situaciones sociales, se estaba asegurando a sí mismo de que no era una falta de su propia habilidad. Salir del cuerpo a través de todos los siete chakras significaba que esta persona tenía un dominio completo sobre todos los 114 chakras. Es debido a ese dominio que ahora podemos tener personas explotando por todas partes con experiencias intensas como explosiones. Eligió las cimas de las Montañas Velliangiri para esta increíble hazaña, ya que el samadhi de su Guru estaba en estas montañas: era el regazo de su Maestro. Así se aseguró de que la próxima vez no habría fracaso ni error.

Incluso hoy, el lugar donde alcanzó el samadhi y dejó su cuerpo existe. Es muy vibrante; palpita con energía. Las personas que van allí pueden sentirlo y experimentarlo. La calidad de este lugar en la cima de la Séptima Colina, justo al borde de la montaña donde soplan constantemente vientos fríos y salvajes, dice todo sobre este hombre. Ahí es donde se sentía más cómodo. Es un lugar muy poderoso. Si eres un meditador, si eres un poco sensible, cuando vayas allí, te volverás

loco. Es así porque se fue con un propósito. Tiene un propósito que cumplir, así que se fue de una manera particular. No se trata solo de la liberación y la disolución. Usó sus energías e incluso su muerte para el futuro establecimiento o manifestación de cómo quería ser.

Antes de que Sadhguru Sri Brahma dejara el cuerpo, hizo un último intento inútil para lograr el trabajo que había comenzado. Un cierto yogui en el centro de India había dejado su cuerpo a la edad de veintiséis años. Era un bala yogi que había alcanzado la Autorealización a la edad de once años. Este yogi pasó unos tres años y medio en samadhi. Cuando salió, estaba ansioso por compartir su experiencia, pero solo encontró cinco o seis discípulos para impartirla

a ellos. Incluso ellos no eran lo suficientemente sinceros. Así que se enojó y dejó su cuerpo.

Sadhguru Sri Brahma inmediatamente tomó el control del cuerpo de este bala yogi y trató de cumplir su propósito a través de él. Hizo esto porque no tenía paciencia para nacer de nuevo y pasar por el proceso de la vida una vez más. Durante unos meses, Sadhguru Sri Brahma estuvo en dos cuerpos físicos diferentes al mismo tiempo. En este intento de crear el Dhyanalinga, reunió a algunos discípulos a su alrededor y trató de trabajar con ellos con una tremenda intensidad, porque el tiempo disponible era muy limitado. Cuando las personas no cumplieron con sus expectativas, decidió dejar el esfuerzo y partir con una declaración: 'Este volverá.'

¿Volveré?

La gente me pregunta: 'Muchos Maestros espirituales en la tradición budista han vuelto una y otra vez por el bien de sus seguidores. Tú mismo tomaste dos nacimientos más después de la Iluminación para cumplir el sueño de tu Guru. Entonces, ¿volverás una vez más, en caso de que no lo logremos esta vez?'

Déjame confirmarte esto una vez más: no voy a volver, porque mi fecha de caducidad ya ha pasado hace mucho tiempo. Algunas personas que son un poco más perceptivas ven claramente que ni siquiera existo. Esto realmente sucedió: cada año llevamos a un gran grupo de meditadores de Isha al Himalaya, y Tapovan es uno de los lugares que visitan. Ese año, por alguna razón, me quedé en Gomukh. No los acompañé a Tapovan. En Tapovan hay una señora llamada Bengali Maa. Ella ha estado viviendo allí durante muchos años. Preguntó a nuestros meditadores, '¿Quiénes son ustedes? ¿De dónde vienen?' Ellos dijeron, 'Somos meditadores de Isha y hemos venido

con nuestro Guru.' Ella dijo, '¿Puedo ver su foto?' Así que sacaron una foto mía y se la mostraron. Ella la miró y dijo, 'Oh, él es maravilloso pero se ha ido, hace mucho tiempo.' Ellos dijeron, 'No, no, él ha venido con nosotros, está caminando con nosotros.' Ella dijo, 'De ninguna manera, él se ha ido.'

Así que estas personas volvieron a Gomukh. Pensaron que durante el tiempo que subieron, yo me había ido. Estaban un poco aterrorizados cuando me vieron, y luego me contaron lo que había sucedido. Pensé que me había cubierto bastante bien, pero si ella pudo verlo, obviamente, no fue lo suficientemente bien.

Soy real o me he hecho más real de lo que la mayoría de la gente es.

Pero desde los libros de cuentas de la humanidad, me he ido hace mucho tiempo. Esto me da mucha libertad, sin embargo. Pero estirarlo una vez más no es lo correcto. Incluso esta vez sucedió solo porque me enredé con el proyecto de la consagración del Dhyanalinga. De lo contrario, este no sería.

Tal como está, toda la infraestructura básica que se necesita para que la vida continúe ha sido desmantelada, pero sigo aquí. Esto no es bueno. Existencialmente, no se considera bueno. Una vez que la infraestructura básica que es necesaria para mantener esta vida se ha ido, esa persona no tiene nada que hacer aquí; deberían irse. En nuestra búsqueda de la Liberación, desmantelamos toda la infraestructura. Luego, como terminamos con un proyecto imposible, intentamos continuar y continuar. Ahora eso también está hecho, y nadie sabe por qué demonios seguimos más. ¡Solo para ver algunas lunas llenas más tal vez! No realmente, porque recuerdo demasiadas de ellas y la maldita luna no está cambiando.

Una vez que has descifrado los fundamentos de cómo sucede, mañana, incluso si ocurre una Creación totalmente nueva, aún no sería lo suficientemente interesante como para ir allí. Es como esto: digamos, hay un súper hotel que tiene un millón de habitaciones. Si vas allí como cliente, te dan una tarjeta llave que solo abre tu habitación. Solo estás entrando en una habitación, así que estás muy emocionado cuando entras en ella. Ahora, si el gerente del hotel te dice que hay otra habitación con una mejor vista y te pregunta si te gustaría tomarla, dices, 'Sí, sí. Estoy emocionado.' Pero hay una persona de limpieza allí: ella tiene una llave simple que abre cada habitación.

Pero ella no está emocionada por la nueva habitación con la vista porque ha visto muchas habitaciones. Ha visto todos los pequeños

cambios superficiales en la decoración de una habitación a otra y todo eso.

Estoy seguro de que ni siquiera ella ha abierto todas las millones de

habitaciones, pero porque ha visto muchas y las limpia todos los días, no está emocionada por entrar en una habitación más. Esto es así también con la Autorrealización. Una vez que tienes esta llave, puedes abrir cualquier número de habitaciones. ¿Has abierto todo? No. Si tienes el tiempo y la inclinación, es posible abrir cada habitación, pero una habitación no es tan diferente de la otra. De manera similar, si entras en un nuevo Universo, todo puede verse diferente pero no es tan diferente. Los fundamentos son todos iguales. Así que cuando has visto lo suficiente, comienzas a desmantelar la infraestructura fundamental que es necesaria para mantener la vida.

Hay un cierto tiempo que una vida puede durar. Incluso ahora, sin el apoyo que tomo de algunas personas a mi alrededor, no podría mantener mi cuerpo intacto. Estoy bien, pero sin un poco de apoyo a mi alrededor, no sería posible mantener la integridad de mi cuerpo en absoluto, porque está muy pasado de su fecha de caducidad. Además, en cuanto a la tecnología, regresar es una tecnología cruda. Estamos estableciendo una manera un poco mejor de hacer las cosas. Además, es muy incorrecto pensar que si esta persona no está aquí, ¿qué sucederá? Esto sucedió cuando Kamaraj 6

era el ministro jefe de Tamil Nadu. Debes saber que la mayor parte de la infraestructura que ves en el estado se hizo durante su tiempo. Todavía estamos disfrutando de lo que hizo.

Una vez Kamaraj estaba recorriendo el estado cuando era el ministro jefe.

Estaba en algún lugar cerca de Madurai. Era algún pueblo y acababan de transferir a un subinspector de policía de allí. Ese oficial había estado allí por unos años y se había vinculado bien con la gente y había hecho muchas cosas por ellos. Así que era un subinspector muy popular y la gente estaba muy agitada por su transferencia. En India, es muy raro que la gente ame a un policía. Pero este policía se había ganado el amor de la gente y todos protestaron. Así que cuando el ministro jefe vino de visita, dijeron, ‘No queremos que este subinspector sea transferido.’ Kamaraj respondió, ‘Es maravilloso que haya un subinspector tan maravilloso aquí. Pero quiero que sepan, somos capaces de producir muchos más subinspectores maravillosos. Verán que el próximo será incluso mejor.’ Incluso un líder político tenía tal sabiduría. Afortunadamente, tuvimos personas maravillosas en el país, pero desafortunadamente, nunca tuvieron suficiente poder en sus manos para hacer algo. Así que no entres en este modo, ‘¡Por favor, vuelve, Sadhguru! ¡Vuelve, Sadhguru!’ No. No es necesario. La próxima generación que produzcamos debería ser mucho mejor que

nosotros.

Siempre que me vaya—cuando sea eso—durante ochenta años después de eso, mi presencia será más fuerte, mucho más fuerte que como es ahora.

Esto es para asegurar que todos ustedes estén muertos antes de que me vaya completamente. Sí. Esto es porque una vez que comienzas a las personas en un cierto proceso, hay una cierta responsabilidad de que lo termines. Así que quiero asegurarme de que todos los que fueron tocados de alguna manera por mí estén limpiados del planeta antes de irme completamente. Como les enseñaron todos esos trucos en Inner Engineering con los que pueden vivir 160 años, lo mantendré durante ochenta años después de que el cuerpo se haya ido—¡por si acaso sobreviven hasta los 160! Por eso estos ochenta años. Ochenta años es casi como otra vida, pero no habrá presencia física. Para la presencia física, estableceremos suficientes sistemas pero la presencia será mucho, mucho

más fuerte que como es ahora porque no habrá la carga de llevar un cuerpo físico.

Entonces, ¿voy a ser un ser incorpóreo? Obviamente, si mi cuerpo es enterrado o quemado, seré incorpóreo, si quieres llamarlo así. Pero el cuerpo está en muchos niveles diferentes. Lo que tomas del planeta tienes que devolverlo. El resto del cuerpo—para ponerlo en terminología moderna—es más como un software. El software aún permanece en una plataforma mínima. Ahora mismo, está en una plataforma sólida y física. Si esta plataforma desaparece, permanecerá en una plataforma muy mínima. No tomará otra plataforma física. Esto será mucho más eficiente que estar en una plataforma física debido a varias cosas.

Entonces, ¿por qué no quedarse para siempre? No hay tal cosa como para siempre, largo o corto. Si es necesario, uno puede colgarse y hacer ese tipo de cosas. Pero no es necesario porque hemos establecido un arreglo más sofisticado para ese propósito. Sacaremos muchos más procesos espirituales que pueden ser transmitidos a las masas sin mucha preparación. Sigue siendo un método puro, no algo falso. Ahora mismo, pensé que no es relevante hacer eso porque todavía estoy aquí; puedo hacer los procesos masivos de manera más intrincada. Ajusto un proceso muy intrincado a una masa particular que está allí y hago que las cosas sucedan. Todavía es muy posible para nosotros hacerlo de esa manera, pero los procesos masivos se irán desplegando lentamente después de un tiempo porque eso será un

seguro a largo plazo. Sobre todo, está el Dhyanalinga. Así que realmente no hay necesidad de colgarse para siempre.

¿Por qué te importa? Estarás muerto y desaparecido, de todos modos.

C A P Í T U L O 1 2

Ronda Final

Podemos hacer que esta vida sea la última para ti, pero no podemos hacer que sea la más

maravillosa. Eso solo tú tienes que hacerlo. Para eso, debes hacer sadhana. Debes

prometerme eso.

Una Gota de Espiritualidad

Cuando tenía veinticinco años, de repente, esta gran experiencia espiritual explotó sobre mí. 1 Después de eso, pensé que enseñaría al mundo entero cómo vivir en éxtasis, verdaderamente en éxtasis. Pensé que esto era todo, ¿cuál es el problema en enseñarlo? Todos pueden conseguirlo. Pero ahora, a medida que la edad me alcanza y mi cabello se vuelve gris, he madurado. Ahora, estoy pensando que si no podemos enseñarles a vivir bien, al menos veamos si podemos enseñarles a morir bien. Estoy muy preocupado por esto porque veo que la mayoría de las personas en el planeta mueren mal. Aquellos que aprenden a vivir bien, maravilloso para ellos. Pero al menos si otras personas aprenden a morir bien, sería genial.

Enseñar a las personas a vivir bien lleva un poco más de trabajo; es posible que no podamos hacerlo para todos. Pero al menos deben morir bien. Esto es importante porque el período de vida en un estado incorpóreo es mucho, mucho más grande que en un estado corporal. Cuando un ser está desincorporado, si su experiencia de vida se vuelve celestial o infernal depende en gran medida de cómo mueren. No completamente, pero en gran medida. 2 Así que incluso si no podemos enseñar a toda la población una forma en la que puedan vivir hermosamente cada momento de su vida, si al menos podemos enseñarles a manejar el último momento de su vida con sensatez, entonces esto los llevará a través de la desincorporación de manera muy hermosa.

Las personas pueden creer que están viviendo bien, pero no lo están. Viven en buenas casas, conducen buenos coches, visten buena ropa,

pero piensan que están

viviendo bien porque miran a otras personas que no tienen las mismas cosas y se sienten felices por ello. Esto no es vivir bien. Esta es una vida enferma.

Se sienten felices comparándose con alguien que no está tan bien como ellos. Esta es toda la alegría que la mayoría de la gente tiene en su vida.

Así que no llamo a eso vivir bien.

Para mí, vivir bien es si puedes sentarte aquí de tal manera que nada importe; si tienes algo o no, incluso si hay comida para comer o no, no te importa. Estás bien. No es que seas incapaz de ganar tu comida y otras cosas, pero eso no decide quién eres ahora mismo. Qué tipo de ropa llevas no decide quién eres ahora mismo. En qué tipo de casa vives no decide quién eres ahora mismo. Cómo te tratan los demás no decide quién eres ahora mismo. Lo que alguien te dice no decide quién eres ahora mismo. Cómo te miran hacia arriba o hacia abajo no decide quién eres ahora mismo. Si eres así, estás viviendo bien seguro. Donde sea que te sientes, tu experiencia de vida será hermosa.

He estado particularmente preocupado por esto porque en el pasado reciente, he visto a algunas personas que eran queridas para mí irse de una manera muy mala. Estas no eran personas que habían fallado, sino personas que creían que habían vivido muy bien. Todo lo que querían en la vida les sucedió. Se educaron, consiguieron un trabajo, se casaron, tuvieron hijos, sus hijos crecieron, se casaron y se establecieron en el extranjero y tuvieron nietos. Para la mayoría de las personas, esta es su vida soñada. Sus vidas se desarrollaron según sus sueños, y cuando llegaron a la fase final de su vida, la última milla de su vida, estaban completamente desubicados. Eran personas completamente rotas y murieron de una manera mala. Aproximadamente el 90 por ciento de incluso aquellos que creen que son exitosos y están viviendo bien también mueren mal porque las sociedades modernas no son conscientes ni han tomado en cuenta este aspecto importante de cómo morir bien.

Así que sentí que deberíamos impartir al menos un simple proceso espiritual que se pueda impartir en unos pocos minutos para que las personas puedan manejar al menos un momento de su vida con sensatez, maravillosamente. Mi sueño sigue siendo que las personas vivan en éxtasis—es posible. Pero, ya sabes, muchos de ellos han renunciado, muchos de ellos son personas miserables acérrimas. Haz

lo que quieras, están decididos; quieren invertir en sus miserias. Así que ahora estoy comenzando a pensar, 'Está bien, si no podemos enseñar a todos cómo vivir en éxtasis, al menos deben poder morir bien.' Es un compromiso horrible, pero ya sabes, hay siete mil millones de personas. Nunca podrás conseguir que siete mil millones de personas durante siete días, tres horas al día, se sienten, aprendan y hagan estas prácticas en su vida. No va a suceder. Todavía esperamos que las personas lo acepten. Pero en caso de que sean personas miserables acérrimas, al menos que tengan la dignidad de morir bien, no morir confundidos, no morir desconcertados, no morir miserablemente. Al menos esto debe suceder.

Pensé que nunca haría esto en mi vida, pero ya sabes, me estoy volviendo práctico. Estoy aceptando esta realidad porque entre la posibilidad y la realidad hay una distancia que no todos están dispuestos a recorrer. Y a menos que alguien esté dispuesto, no hay manera de que vayas a hacer esto. Puedes persuadirlos, puedes atraerlos, puedes, ya sabes, empujarlos un poco; más allá de eso, no puedes hacer mucho. Si vas más allá de eso, se irán. No tengo ilusiones sobre eso. Casi cualquier persona, si empujas a las personas más allá de cierto punto, se irán, lo sé.

Si los tuviéramos en una lata hermética, entonces no renunciaría a esa posibilidad de hacer que vivan bien, pero no tenemos a toda la población mundial en una lata. Incluso en el Centro de Yoga Isha, no es así.

Como máximo, podemos tener un puñado de personas en la lata hermética, a quienes podemos empujar hasta el final. Pero estoy seguro de que podemos enseñar a todos cómo morir bien porque no lleva tanto tiempo. Es simple, es fácil y estoy encontrando formas en las que, ya sea que estén dispuestos o no, podemos enseñarles. Podemos poner algo en ellos que entrará en juego cuando se acerque ese momento.

El proceso espiritual trata de ayudar a las personas a morir bien, no solo a ayudar a las personas a vivir bien. Ayudar a las personas a morir bien no significa ayudarlas a morir como defienden los partidarios de la eutanasia. Ayudar a las personas a morir significa ayudarlas a manejar el momento de pasar de la fisicalidad al más allá, de estar encarnadas a estar desincorporadas, con la mayor conciencia y gracia. Si uno quiere ejercer esta opción por sí mismo, se necesita una cierta cantidad de preparación. Hay muchos métodos para cultivar esta conciencia en la vida para que cuando llegue el momento de

la muerte, te lleve con gracia. Pero de lo contrario, podemos crear ese momento para cada ser humano si ese ser humano está dispuesto a cooperar y dispuesto a prestarse algo de atención ahora.

Así es como se realizaron la mayoría de las iniciaciones en el pasado. Un yogui se sentaba en un lugar e iniciaba a las personas así. ¿Qué pasó?

Nada. Alguien puede argumentar, 'Nada pasó en mi vida.' No importa. Cuando se acercaba ese momento de pasar, entraba en juego. No es que nosotros tampoco hayamos hecho esto. Lo hemos hecho, pero no de manera activa. Ahora queremos hacerlo activamente a gran escala para que haya algo en la vida de todos. Si no se manifiesta ahora, al menos cuando se acerque ese momento, se manifestará, seguro.

Muchas veces, las personas que son muy viejas y están enfermas me piden que las visite.

O a veces hay personas que encuentran que sus padres han llegado a una edad muy avanzada y están sufriendo, que me envían una foto de ellos. Si veo que hay suficiente madurez en ellos y me están pidiendo no hacerlos bien sino liberarlos, o si su Karma Prarabdha está casi terminado, entonces, si visito a esa persona, o si miro la foto de la persona, dentro de siete u ocho días se habrán ido, ya que sin software esa vida está de todos modos en el borde mismo.

Sin embargo, también funciona en ambos sentidos porque a veces es bueno prolongar la vida de alguien y a veces es bueno acortarla. Es así: digamos, estás viajando en un bote. Una vez que llegas a la otra orilla, debes bajar del bote. Si aún no bajas del bote por alguna razón, entonces el desplazamiento ocurrirá innecesariamente. Así que ambos pueden tener que hacerse. A veces prolongas la vida de alguien porque esta persona no ha llegado a donde debería llegar pero se ha quedado sin energía, y a veces ha llegado pero aún tiene energía, así que debes liberarla. Ambos son necesarios en la vida.

¿Es posible que sean liberados? Alguien ser liberado para siempre es posible solo cuando alguien ha recorrido todo el curso del prarabdha. Ahora, cuando todo ha terminado, están en un cierto espacio donde hay una ruptura kármica. Hay muchas personas que mueren de vejez; pueden haber vivido como completos tontos, pero en los últimos días, de repente, hay un nuevo sentido de sabiduría en ellos, un nuevo sentido de conciencia sobre ellos porque su asignación de karma ha terminado. 3 Solo

las cosas menores quedan y la siguiente cuota de karma aún no ha llegado, así que ese es un período bendito. Incluso para una persona que vivió una vida ignorante, verás que de repente saben, 'En los próximos tres días moriré.'

Tales personas pueden ser disueltas muy fácilmente porque han llegado a ese estado bendito donde no hay carga kármica. Hay un stock en algún otro lugar, pero aquí hay un pequeño espacio sin karma. Podemos ayudarles a morir conscientemente en lugar de en un estado inconsciente. Si hay una atmósfera propicia, la disolución es posible. Pueden ser liberados. Pero cuando mueren de enfermedad antes de que se complete el Karma Prarabdha, si uno trata de disolverlos, no va a funcionar. Ni haré tal cosa.

Todo lo que podemos hacer por ellos es ayudarlos a morir con conciencia; entonces tendrán una vida un poco mejorada en algún otro lugar.

¿Es posible hacer esto incluso si esta persona no me conoce? Verás, cuando estoy hablando en este nivel, no estoy hablando de mí mismo como una persona, como un conjunto de hábitos y patrones y cosas. Como persona, puedes conocerme o no, pero a este nivel, no hay nadie que no me conozca, porque aquí, eso que llamo 'yo mismo' también eres tú. En esa dimensión, no hay una persona individual. Así que no importa si como persona me conoces o no. A menudo he dicho que he iniciado a más personas que no he conocido que a las que he conocido. Esto es también así.

Una vez cometiste el error de . . .

El momento de la muerte es una tremenda posibilidad para que alguien intervenga. Podría ayudarte a morir bien, ¡pero también podría ayudarte a vivir bien!

Es mejor que vivas bien, no solo apuntes a morir bien. Si estás planeando volver cien veces más, puedes vivir una vida estúpida.

Pero si quieres que esta sea tu última vida, especialmente entonces deberías aprender a vivir bien. La última vuelta debe ser la mejor vuelta, ¿no?

Cuando las cosas han llegado a un punto crítico, cuando la situación ha madurado tanto que se ha convertido en vida y muerte y nada más importa, entonces es solo cuestión de un momento para mí. Pero cuánto tiempo vas a tardar en llegar allí depende de ti. Podrías hacerlo esta noche, o podrías esperar algunas vidas. Una vez que has

venido a mí, no te daré la opción de unas pocas vidas. Pero puedes esperar hasta el final de

tu vida. Si sigues posponiéndolo hasta entonces, cuando la muerte llegue a tocar, estarás desesperado. Cuando la muerte llegue a tocar, de repente, descubrirás que este cuerpo no significa nada. Todas tus calificaciones no significarán nada. Tu esposo, esposa e hijos no significarán nada. Tu ropa elegante no significará nada. Estarás desesperado. Como un buitre, esperaré ese momento, porque, entonces, estarás dispuesto. Pero si eres inteligente, si tienes algo de sentido en ti, crearás esa disposición ahora mismo.

Si no creas esa disposición dentro de ti, resistirás lo que necesita suceder. Cuando tienes una mente discrecional, si vienes aquí con muros de resistencia, trataremos de desgastarlo. Puede que no se haya ido completamente, pero lo desgastaremos. Este es un proceso largo y tedioso. Uno que está muerto no tiene una mente discrecional, así que es muy fácil influir en él, en comparación contigo. Es así: eres un fantasma duro con un cuerpo. Un fantasma sin cuerpo es fácil de manejar en comparación porque no tiene una mente discrecional. Recibirá lo que sea que digas. La única cosa es que no puedes hablarle en inglés porque habrá perdido sus oídos junto con su cuerpo. Así que necesitas hablarle en un idioma diferente, pero está dispuesto a escuchar.

Está absolutamente dispuesto porque no tiene una mente discrecional. No puede establecer una resistencia. Así que le decimos algo dulce y se volverá dulce inmediatamente y podemos hacer lo que sea necesario con él. Pero si estás dispuesto, no necesitas esperar hasta entonces.

Aquellos que se han entregado totalmente a mí, incluso por un solo momento, no tienen que preocuparse por su Liberación. La Liberación está asegurada. Vivir con gracia o no, eso no está asegurado. Eso es algo que tienes que ganarte, pero la Liberación está asegurada. Entonces, ¿cómo funciona esto?

Una palabra común que siempre ha prevalecido en la arena espiritual de Oriente es la palabra Maya. No la usamos, pero es una palabra fantástica. Dice exactamente lo que queremos decir, pero ha sido tan horriblemente abusada con el tiempo que generalmente nos negamos a usarla. Maya significa que la forma en que estás existiendo ahora mismo, tu percepción y comprensión de la vida, es ilusoria. La parte más esencial de esta ilusión es tu idea de ti como un ser o un individuo. Es ilusorio. Ahora, si te pregunto, ‘¿Estás conectado a la

Tierra?' dices, 'Sí.' No es verdad. Es verdad, pero no

verdad en tu experiencia. Es verdad, no porque estés conectado a la Tierra, sino porque eres una pieza de la Tierra. Pero debido a tu incapacidad para dejar caer la idea ilusoria de que solo estás conectado a la Tierra y no eres una pieza de la Tierra misma, existes como un individuo.

En el Centro de Yoga Isha, la razón por la que todos los brahmacharis están con la cabeza rapada, todos vistiendo la misma ropa es porque si se dan la vuelta, no deberían saber si son ellos o son ellos. Pero incluso en las pequeñas cosas, como la forma en que aplican el vibhuti en sus frentes, quieren hacerlo a su estilo, aunque todo lo demás sea igual. En el proceso de vivir en el mundo, todos están constantemente tratando de fortalecer sus cercas, fortalecer sus límites.

Brahmacharya significa que estás en el camino de lo Divino. ¿Cuál es el camino de lo Divino? El camino de lo Divino es que no hay individualidad. Es un proceso universal. Así que si te sientas aquí incluso por un momento, sin fortalecer tus límites, sería fantástico. No puedes hacer eso con un árbol. Pero podrías hacerlo fácilmente conmigo, por varias razones.

Nada está mal con un árbol, pero porque ni el árbol ni tú son conscientes, y dos entidades inconscientes no pueden unirse, siempre permanecerán dos burbujas separadas, aunque la transferencia atmosférica entre los dos esté sucediendo.

Así que esta ilusión de que eres una entidad separada es un gran problema. La idea de sentarse con un Guru es que te sientas sin límites. Si simplemente te sientas, sucederá. Así que dije, si te sientas conmigo incluso por un momento, si puedes estar conmigo totalmente, entonces está hecho. Podría haber sucedido en forma de una iniciación o podría haber sucedido simplemente por una mirada. Puede suceder incluso cuando nunca me han visto pero solo han oído hablar de mí. Hay muchas personas así. Ni siquiera me han visto físicamente. Al ver una foto, se abrieron. Cualquier número de personas ha experimentado esto.

Todo el proceso de estar con algo significa solo esto, que no fijaste tus límites por un momento. Si puedes hacerlo por un día—

que no fijaste ningún límite, simplemente estás aquí—te adoraremos porque aquello que no tiene límites es Divino. Así que no un día completo, si has experimentado este estado sin límites incluso por un

momento, no habrá más reencarnación para ti.

Evito decir ciertas cosas porque tengo miedo de que te vuelvas perezoso mañana por la mañana. Pero si has estado conmigo realmente por un momento, esta es tu última vida. Pero con esta garantía, no quiero que te vuelvas perezoso. Tu última vida también debe ser la más maravillosa. Podemos hacer que esta vida sea la última para ti, pero no podemos hacer que sea la más maravillosa. Eso solo tú tienes que hacerlo. Para eso, debes hacer sadhana. Debes prometerme eso.

Una vez estábamos caminando hacia el Monte Kailash. Durante el día estábamos caminando y por las noches había satsangs. 4 Este era un pequeño grupo de personas, así que el ambiente era bastante informal y estábamos hablando de muchas cosas: la vida, el más allá, la vida alienígena, y todo eso. Así que un meditador estadounidense preguntó, 'Sadhguru, ha sido genial para nosotros ser tus discípulos. ¿Cómo se siente para ti ser nuestro Guru?' Solo un estadounidense puede preguntar esto. Dije, 'Mira, es fantástico ser un yogui, no sería de otra manera. Pero ser un Guru es frustrante porque lo que se puede hacer en un momento, la gente lo convierte en una vida.' Si te entregas a mí por un momento, puedo asegurarme de que realmente estés muerto. Sabes, si alguien te dispara con una pistola, aparecerás de nuevo en algún lugar. Pero si me das permiso, te dispararé de tal manera que nunca podrás aparecer en otro vientre de nuevo. Solo un momento—¡no vidas!

Una vez cometiste el error de sentarte conmigo, de alguna manera ya estás arreglado, a menos que realmente quieras caerte y realmente quieras ir en contra de ello dentro de ti mismo. De lo contrario, en muchos sentidos, estás arreglado. No quiero interferir con tu vida. Pero tu muerte, usualmente la sostengo en mis manos . . .

1 Prácticas espirituales.

2 Algunos de los varios programas ofrecidos por Sadhguru bajo el lema Isha Yoga.

3 Uno de los lugares en las orillas del río Ganges, conocido por su cremación de cuerpos muertos las 24 horas del día.

4 El nombre por el que se conocía a Sadhguru en su infancia.

5 Refiriéndose al programa espiritual enseñado por Sadhguru.

1 Común grito de angustia en el sur de India.

2 El primer yogui, uno de los muchos epítetos de Shiva.

3 Una forma feroz de Shiva, donde tiene dominio sobre el tiempo.

4 Una forma de energía poderosa consagrada por Sadhguru en el Centro de Yoga Isha en Coimbatore.

5 La palabra 'memoria' en esta discusión se usa no solo en un sentido neurológico. Cualquier rastro de influencia del pasado que se retiene se refiere como memoria.

6 Las encarnaciones tomadas por lo Divino, según las escrituras hindúes.

7 Refiriéndose a la energía vital que ha tomado una cierta forma, es decir, humana o roca.

8 Un ciclo solar en el sistema humano es de 4356 días o aproximadamente doce años. Este ciclo tiene una fuerte influencia en lo que sucede en la vida de uno durante ese tiempo.

9 Ver el Capítulo 8: Asistencia para los Desincorporados.

10 Los siete principales centros de energía en el cuerpo, según las ciencias Yóguicas.

1 Literalmente, adorando los pies de alguien. Tradicionalmente, esta es la más alta clase de adoración para una persona que reverencias.

2 Un gran guerrero y figura de abuelo en el épico Mahabharata.

3 El período de seis meses desde el solsticio de invierno en diciembre hasta el solsticio de verano en junio.

4 Otro nombre para Varanasi, una de las ciudades de peregrinación más antiguas y sagradas en India, donde la gente tradicionalmente iba para alcanzar una buena muerte.

5 Prácticas enseñadas por Sadhguru.

6 Ver la sección 'La Secuencia de la Muerte' en el Capítulo 2.

7 Refiriéndose a una práctica particular enseñada a brahmacharis, donde los globos oculares se enfocan entre las cejas.

8 Refiriéndose a los cinco fuegos fundamentales en el cuerpo según la tradición Yóguica.

9 Las cuatro escrituras hindúes más sagradas.

10 Limpieza de los cinco elementos en el sistema. Una forma fundamental de Yoga.

11 Una forma de la Divina Femenina, consagrada por Sadhguru cerca del Centro de Yoga Isha.

12 Una forma de energía especialmente consagrada por Sadhguru para fomentar la salud, la prosperidad y el crecimiento espiritual.

13 Una práctica espiritual enseñada a brahmacharis.

14 Un ritual de limpieza del aura llevado a cabo en Linga Bhairavi, cerca del Centro de Yoga Isha.

15 Cuerpos de agua consagrados en el Centro de Yoga Isha.

16 Refiriéndose a la peculiar situación de Sadhguru, donde, habiendo desmantelado ya su estructura kármica, debe esforzarse por mantener su cuerpo.

17 Parte de una antigua invocación sánscrita que significa 'Pasemos de la falsedad a la Verdad.'

18 Ver la sección 'Mis Vidas Pasadas' en el Capítulo 11.

19 Una práctica espiritual enseñada por Sadhguru que implica mirar algo durante largos periodos de tiempo.

1 Más sobre esto en la sección 'Samadhi y Muerte' en el Capítulo 5.

2 Refiriéndose a ciertos apoyos energéticos que Sadhguru obtiene del exterior para mantener su cuerpo físico intacto.

3 El maestro cuya muerte se discutió en la sección 'Predicciones de la Muerte' en el Capítulo 3.

4 Una de las sectas ascéticas de los Shaivitas. Sus prácticas son a menudo macabras y contradictorias con las del hinduismo ortodoxo.

5 Más sobre esto en la sección 'Mis Vidas Pasadas' en el Capítulo 11.

1 Su experiencia en Chamundi Hills. Ver la sección 'Explorando la Muerte' en el Capítulo 1.

2 Alguien que está enfermo de enfermedad.

3 Una tumba espiritual.

4 Uno de los nombres de Shiva, también un mantra poderoso.

5 Un adepto en el camino del Gnana Yoga, uno de los cuatro caminos del Yoga.

6 Refiriéndose a la leyenda donde Kamadeva interrumpe la meditación de Shiva disparando una flecha de flores hacia él.

1 Una fuerza no física generada por prácticas espirituales.

2 Una meditación de quince minutos ofrecida por Sadhguru.

3 Un simple proceso meditativo diario de once minutos diseñado por Sadhguru para ayudar a las personas a pasar por el proceso de desincorporación con gracia, cuando sea el momento.

4 La palabra original tamil de la que se derivó la palabra 'catamarán'.

5 Una práctica Yóguica que implica una respiración forzada.

6 Una práctica Yóguica avanzada enseñada a los brahmacharis, que implica retener la respiración durante largos períodos de tiempo.

7 Alma universal, según la tradición hindú.

8 Se refiere al Bhagavad Gita y a otras seis escrituras sagradas hindúes.

9 Ida y Pingala *nadis* son los dos principales canales pránicos del cuerpo y también representan las dimensiones femeninas y masculinas de la energía pránica. Sushumna nadi es el tercer canal pránico central, cuya apertura siempre ha denotado el despertar espiritual.

10 Linga Bhairavi, consagrada por Sadhguru, cerca del Centro de Yoga Isha.

11 Famoso emperador indio que gobernó India desde el 268 al 232 a.C.

1 Gritos de angustia.

2 Nombres de deidades hindúes importantes.

3 La última guerra en el Mahabharata.

4 Crematorios administrados por Isha.

5 Un tipo de incienso.

6 Un ritual de limpieza realizado por personas del hogar de Linga Bhairavi cerca del Centro de Yoga Isha, para limpiar un espacio.

7 En la cultura india se considera de buena fortuna poder dar limosnas a hombres santos.

1 Ver la sección 'La Secuencia de la Muerte' en el Capítulo 2.

2 Otro ritual ofrecido en el Linga Bhairavi, cerca del Centro de Yoga Isha.

3 Ver la sección 'Una Burbuja de Vida y Muerte' en el Capítulo 2.

4 Refiriéndose al proceso de iniciación de los brahmacharis en el Centro de Yoga Isha.

5 Renuncia formal.

6 Consulta la sección '¿Volveré?' en el Capítulo 11.

7 Un recipiente. Aquí se refiere al Akshaya Patra, un recipiente en la tradición hindú que se dice que proporciona un suministro interminable de comida.

8 Consulta la sección 'La Importancia de los Últimos Momentos de la Vida' en el Capítulo 7.

1 Literalmente, 'ilusión'. Se refiere a la percepción ilusoria del mundo.

2 El lugar donde tuvo lugar la batalla final del Mahabharata. A menudo, la guerra también se conoce con el mismo nombre.

3 Las tendencias residuales de un ser.

4 Un lema que una vez se utilizó para popularizar el Yoga Isha en Tamil Nadu.

5 Consulta la sección 'Runanubandha—La Red de Deudas' en el Capítulo 8.

6 El fundador de la religión Jain, contemporáneo de Gautama Buda.

1 Consulta la sección 'El Alcance del Karma de Kalabhairava' en el

Capítulo 8.

2 Un cierto tipo de influencia energética negativa.

3 Ver la sección ‘Mis Vidas Pasadas’ en el Capítulo 11.

4 Cuentas sagradas usadas por buscadores espirituales en India.

5 Refiriéndose a la cultura de armas en esas áreas.

6 Mahavatar Babaji fue un legendario gurú espiritual indio, creído haber vivido en el siglo II d.C.

1 Ver la sección ‘Qué Nos Hace Funcionar’ en el Capítulo 2.

2 Yogis niños que son adeptos desde una edad temprana.

3 Refiriéndose a su primer encuentro con Malladihalli Swamiji, quien lo inició en el Hatha Yoga a la edad de once años.

4 Una tradición espiritual esotérica india.

5 Templo Someshwara, Devuni Kadapa, en el estado de Andhra Pradesh.

6 Kumaraswami Kamaraj (1903–75), un popular político del sur de India.

1 Refiriéndose a la experiencia de Iluminación de Sadhguru en Chamundi Hills en 1982.

2 Consulta la sección ‘¿La Muerte Necesita Preparación?’ en el Capítulo 6.

3 Consulta el Capítulo 3: ‘La Calidad de la Muerte’.

3 Ver Capítulo 3: ‘La Calidad de la Muerte’.

4 Reuniones espirituales en presencia de un Gurú.

Glosario

Abhishekam

Rociar o verter agua, leche, etc. A menudo se utiliza en contextos religiosos, yóguicos o ceremoniales, particularmente en el Tantrismo. Un ritual de empoderamiento que también se utiliza para denotar la

iniciación en general.

Adiyogi

El primer yogui, uno de los muchos epítetos de Shiva.

Aghoris

Una de las sectas ascéticas de los Shaivitas. Sus prácticas son a menudo severas, espantosas y contradictorias con el hinduismo ortodoxo.

Agna Chakra

El centro del conocimiento y la iluminación, el Agna es uno de los siete centros de energía principales del cuerpo humano. Físicamente ubicado entre las cejas, también se conoce como el 'tercer ojo'.

Agnis

Se refiere a los cinco fuegos del cuerpo.

Akaal Mrutyu

Muerte prematura.

Aakash

Se refiere al cielo o al éter. Uno de los cinco elementos de la naturaleza.

Amma

Madre. Una manera reverencial de dirigirse a una mujer.

Anahata Chakra

El centro del corazón, uno de los siete centros de energía del cuerpo.

Ananda

Dicha, alegría incondicional.

Anandamaya Kosha

El cuerpo más interno o el cuerpo de la dicha.

Anatma

Literalmente, ‘el que no tiene alma’.

Annamaya Kosha

La envoltura formada por alimentos, o el cuerpo físico, compuesto por los cinco elementos brutos o *bhoota*—tierra, viento, agua, fuego, éter —que se restauran nuevamente a sus estados iniciales después de la muerte.

Antyeshti

El último ritual que se realiza para el difunto.

Apana Prana/Vayu

Uno de los cinco pranas en el cuerpo humano.

Arjuna

Un héroe del gran épico Mahabharata a quien Krishna impartió el mensaje divino del Bhagavad Gita.

Atharvana Veda

El último de los cuatro Vedas que expone la tecnología de utilizar la energía física en beneficio propio.

Atma

Ser individual, el alma suprema, o Brahman.

Aum

El sonido primordial que se produce al entonar los sonidos A-U-M.

Avighna Yantra

Una forma de energía espiritual para eliminar obstáculos, disponible en el Centro de Yoga Isha.

Aiyyo

Gritos de desesperación en los idiomas del sur de la India.

Babaji

Mahavatar Babaji, santo y yogui indio, se cree que vivió en el siglo II d.C.

Bala Yogi

Yogui niño. Se refiere a alguien que alcanza la iluminación a una edad temprana y generalmente no retiene el cuerpo por mucho tiempo después de eso.

Bhishma

El gran patriarca del Mahabharata.

Bhoota

Un ghoul o fantasma. También se refiere a los cinco elementos primarios de la naturaleza

—tierra, viento, fuego, agua y éter.

Bhrumadhya

Una práctica yóguica donde los globos oculares se enfocan entre las cejas.

Brahmachari

Brahman significa Divino y *charya* significa camino, por lo tanto, uno que está en el camino del Divino. Por lo general, se refiere a alguien que ha sido formalmente iniciado en el monacato a través de un cierto proceso energético.

Brahmacharya

El camino del Divino. Una vida de celibato y estudios en el camino de la espiritualidad moviéndose hacia las más altas modificaciones de los sentidos. Una de las etapas de la vida según el Varnashrama Dharma.

Buddhi

La facultad de discriminación, análisis, pensamiento lógico y racional; el intelecto.

Budududuku

Un adivino gitano tradicional.

Chakreshwara

Alguien que ha alcanzado la maestría sobre todos los chakras.

Chamundi Hills

Un montículo en Mysore, donde Sadhguru tuvo una profunda experiencia espiritual.

Chandala

Alguien que se ocupa de la disposición de los cadáveres. También una casta inferior hindú, tradicionalmente considerada 'intocable'.

Chaudi

Una especie de ser desencarnado.

Dhritarashtra

El rey Kaurava bajo cuyo gobierno tuvo lugar la guerra del Mahabharata.

También el padre de Duryodhana.

Dhyana/Dhyanam

Sánscrito para meditación.

Dhyanalinga

Una forma de energía poderosa en el Centro de Yoga Isha en la India, consagrada por Sadhguru exclusivamente para la meditación.

Dosha

Defecto o mancha. Se refiere específicamente a defectos en los cuerpos físicos, mentales o energéticos.

Gandhari

Un personaje prominente en el Mahabharata. Era una princesa de Gandhara y la esposa de Dhritarashtra, el rey ciego de Hastinapura, y la madre de cien hijos—los Kauravas.

Gandharva

Una clase de seres celestiales que suelen tener talentos extraordinarios como la música y la danza.

Ghat

La orilla de un río, donde la gente suele venir a bañarse, lavar y nadar.

Gita

Literalmente, 'canción'. Aquí se refiere a los siete libros sagrados, de los cuales el Bhagavad Gita es el más famoso.

Gnana Yoga

Conocimiento, percepción, discriminación; uno de los cuatro tipos de Yoga.

Gomukh

Literalmente, 'boca de vaca'; un lugar en el alto Himalaya, la ubicación donde el glaciar forma el río Ganges. La forma glacial se ha derretido de tal manera que se asemeja al rostro de una vaca.

Gyan/Gnana/Gnanam Conocimiento, percepción, discriminación
Homa

Un ritual hindú en el que se hacen ofrendas o sacrificios en el fuego.

Jeevasamadhi

Una práctica yóguica donde uno termina su vida enterrándose a sí mismo o sumergiéndose en agua.

Kalabhairava

Alguien que tiene maestría sobre el tiempo; una forma feroz de Shiva.

Kapalabhati

Una práctica yóguica que implica una exhalación forzada.

Kavacha

Un escudo.

Kinnara

Una especie de ser celestial.

Klesha Nashana

Un ritual de limpieza realizado en el Centro de Yoga Isha para limpiar el **Kriya**

aura.

Kriya

Literalmente, ‘acto, rito’; se refiere a una cierta clase de prácticas yóguicas; acción interna en oposición al karma, acción externa.

Kumbhaka

Retención de la respiración durante la práctica yóguica, especialmente en la práctica del pranayama.

Kurukshetra

Una extensa llanura cerca de Delhi, escena de la gran guerra entre los Kauravas y los Pandavas, tal como se describe en el Mahabharata.

Linga Bhairavi

Una forma de energía espiritual para el bienestar de la familia, disponible en el **Yantra**

Centro de Yoga Isha.

Maha

Un adjetivo o prefijo que significa grande, poderoso, noble.

Mahabharata

Un épico histórico indio que tuvo lugar hace casi 5000 años.

Mahamrutyunjaya

Un canto sagrado en sánscrito que se supone aleja la muerte.

Mantra

Mahasamadhi

La forma más alta de ecuanimidad que implica la disolución o neutralización completa de lo personal en lo universal, donde todos los rasgos de la naturaleza individual son trascendidos. También conocido como Nirvana y Mahaparinibbana en otras tradiciones espirituales orientales.

Maya

Ilusión, el velo de ilusión que oculta la verdadera naturaleza de uno, o la realidad. Se usa en contraste con la realidad absoluta.

Metti

Palabra tamil para anillo de dedo del pie que usan las mujeres casadas en India.

Mrutyu

Sánscrito para muerte.

Mrutyunjaya

Victoria sobre la muerte.

Mukti

Liberación, la absolución final del Ser de la cadena de muerte y renacimiento. El objetivo más alto de todos los buscadores espirituales.

Muladhara

Ubicado en el perineo, el Muladhara es la base del cuerpo energético.

Mumtaz

Una de las esposas del emperador medieval indio Shah Jahan, en cuya memoria se construyó el famoso Taj Mahal.

Naga

Literalmente, 'serpiente'; un símbolo del Kundalini enrollado en la base de la columna vertebral; uno de los tipos secundarios de fuerzas vitales (prana).

Namaskaram

Saludo tradicional del sur de la India.

Nirmanakaya

Literalmente, 'alguien que ha fabricado su propio cuerpo'; se refiere a yoguis realizados que se materializan y desmaterializan a voluntad.

Nirvikalpa

Literalmente, ‘sin cualidades’. Un tipo de samadhi, o ecuanimidad, más allá de todas las cualidades o atributos, donde el contacto de una persona con su cuerpo es mínimo.

Ojas

Energía sutil.

Palani

Una ciudad del sur de la India que es famosa por su templo Murugan.

Pandavas

Los protagonistas del Mahabharata.

Pisachi

Una especie de ser desencarnado.

Prana

La fuerza vital fundamental.

Pranamaya Kosha

Una de las cinco envolturas del cuerpo humano.

Prana Vayu

Uno de los cinco pranas del cuerpo.

Prarabdha Karma

La porción de karma que se asigna para una vida en particular.

Preta

Una especie de fantasma o ser.

Rudraksha

Cuentas sagradas; las semillas de un árbol (*Elaeocarpus ganitrus roxb*) que se encuentra principalmente en la región del Himalaya. Según la leyenda, una lágrima del Señor Shiva cayó a la Tierra y de ella creció el árbol de Rudraksha.

Conocida por tener muchas cualidades medicinales y trascendentales,

una mala de Rudraksha es una de las pocas posesiones de un buscador espiritual indio.

Runa

Literalmente, 'deuda'; en este contexto, se refiere a la deuda de la relación.

Runanubandha

El vínculo causado o la deuda acumulada debido a la deuda de las relaciones.

Sadhaka

Un buscador espiritual que ha emprendido disciplinas espirituales, generalmente bajo la guía de un Maestro.

Sadhana

Literalmente, 'herramienta o dispositivo'. Prácticas espirituales que se utilizan como un medio para la Realización del Ser.

Sahasrara Chakra

El chakra, o centro de energía, del sistema humano ubicado en la fontanela, o corona, de la cabeza.

Samadhi

Estado profundo de ecuanimidad, uno de los ocho miembros del Yoga. Muy celebrado en la tradición espiritual india, la experiencia del samadhi es terapéutica y profundamente transformadora por naturaleza.

Samat Prana/Samana Uno de los cinco pranas del cuerpo.

Vayu

Samskara

Ritual, en el sentido general. Denota ritos como la ceremonia de nacimiento, el tonsurado, el matrimonio, la cremación, etc. En Yoga, se refiere a las impresiones indelebles en el subconsciente dejadas por experiencias diarias.

Samyama

Una confluencia de los estados de *dharana*, dhyana y samadhi. Aquí se refiere al programa de meditación de ocho días conducido por Sadhguru, donde uno es transportado a estados explosivos de meditación. Este programa es una posibilidad de despojarse de vidas de karma y experimentar estados profundos de meditación y samadhi.

Sanchita Karma

El volumen completo de karma de una persona.

Santara

Una práctica antigua Jain de ayuno progresivo hasta la muerte.

Sanyasa

En el camino de la espiritualidad, una etapa de vida según el Varnashrama Dharma. La retirada del mundo en busca de la Realización del Ser.

Satsang

Literalmente, 'en comunión con la Verdad'; una congregación de buscadores.

Savikalpa

Literalmente, 'con cualidades'. Se utiliza para referirse a un tipo de samadhi, o ecuanimidad, con cualidades o atributos.

Shakti Chalana

Un tipo de práctica yóguica enseñada en el Centro de Yoga Isha.

Shambhavi

Una práctica yóguica enseñada por Sadhguru.

Mahamudra

Sharira

Literalmente, 'cuerpo'.

Shivayogi

Un nombre que Sadhguru llevó en dos de sus vidas anteriores.

Shoonya

Literalmente, 'vacío'. Un proceso sin esfuerzo de no-hacer consciente, la meditación Shoonya es una forma extremadamente poderosa y única de meditación enseñada por Sadhguru en una 'forma viva' en los programas de Yoga Isha.

Shraadha

Ritual anual de muerte de los hindúes para los ancestros.

Siddhasana

Una postura o práctica yóguica dinámica. La sadhana principal de los brahmacharis en el Centro de Yoga Isha.

Smashana

Cementerio hindú.

Tantra

Literalmente, 'tecnología'; en este contexto se refiere a la tecnología de transformación espiritual. Comúnmente se refiere a un camino espiritual en India.

Tantrik

Un practicante de Tantra.

Tapovan

Un lugar sobre Gomukh, en las orillas del Gangotri, el origen glacial del río Ganges.

Taraka Mantra

Un mantra secreto y poderoso para la Liberación que Kalabhairava susurra al oído de aquellos que mueren en Kashi.

Teerthakund

Un cuerpo de agua consagrado en el Centro de Yoga Isha.

Udana Prana/Vayu

Uno de los cinco pranas del cuerpo.

Uttarayana

El período del año desde el solsticio de invierno en diciembre hasta el solsticio de verano en junio.

Vanaprastha

Una de las etapas de la vida según el Varnashrama Dharma.

Ashrama

Las personas suelen vivir alejadas de sus familias durante esta etapa, principalmente en los bosques.

Vasanas

Tendencias o inclinaciones; rasgos subliminales en un ser humano, el residuo de deseos y acciones.

Veda

Se refiere a la parte más antigua de las escrituras hindúes.

Velliangiri Mountains Las sagradas cordilleras de Tamil Nadu, en las estribaciones de las cuales se encuentra el Centro de Yoga Isha.

Vibhuti

Ceniza sagrada que se obtiene al quemar estiércol de vaca; generalmente se consagra con las energías de una deidad poderosa antes de ser usada. A menudo se unta en ciertas partes del cuerpo, especialmente en la frente y sobre los chakras.

Vignana

Ciencia o conocimiento especial, en términos tradicionales.

Vignanamaya Kosha

Una de las cinco envolturas del cuerpo humano.

Vishesh

Especial o extraordinario.

Vishuddhi

Uno de los siete chakras principales, Vishuddhi es el centro de poder y

visión. Está ubicado en el hueco de la garganta.

Vyana Prana/Vayu

Uno de los cinco pranas del cuerpo.

Yaksha

Seres celestiales desencarnados que se cree habitan en lugares apartados.

Yamadoota

Agentes de Yama, el dios hindú de la muerte.

Yantra

Literalmente, una 'herramienta o dispositivo'; en este contexto se refiere a una forma de energía, que puede diseñarse y consagrarse de diferentes maneras para traer prosperidad y bienestar a la vida de uno.

Yatana

Sufrimiento.

Yatra

Viaje, peregrinación.

Yudhishthira

El mayor de los príncipes Pandava, conocido por sus virtudes.

Isha Foundation

Fundada por Sadhguru, Isha Foundation es una organización sin fines de lucro al servicio de la humanidad, apoyada por más de nueve millones de voluntarios en más de 300

centros en todo el mundo. Reconociendo la posibilidad de cada persona de empoderar a otra, Isha Foundation ha creado un movimiento masivo dedicado a abordar todos los aspectos del bienestar humano, sin suscribirse a ninguna ideología, religión o raza en particular.

Isha está involucrada en varias iniciativas de alcance innovadoras:

Action for Rural Rejuvenation (ARR) mejora la calidad de vida rural a través de la atención médica y la prevención de enfermedades, la revitalización comunitaria, el empoderamiento de las mujeres, la creación de medios de vida sostenibles y programas de Yoga. Isha Vidhya empodera a los niños rurales con educación de calidad. Project GreenHands (PGH) inicia la plantación masiva de árboles y crea una cultura de cuidado por el medio ambiente para mantener este planeta habitable para las futuras generaciones. Rally for Rivers es una campaña para revitalizar los ríos de India, que están en un grave nivel de agotamiento, y aborda una de las crisis más graves que enfrenta nuestra generación.

El enfoque único de Isha en cultivar el potencial humano ha ganado reconocimiento mundial y se refleja en el estatus consultivo especial de Isha Foundation con el Consejo Económico y Social (ECOSOC) de las Naciones Unidas.

La Fundación tiene su sede en el Centro de Yoga Isha, al pie de las montañas Velliangiri en el sur de la India, y en el Instituto de Ciencias Interiores Isha en la espectacular Meseta de Cumberland en el centro de Tennessee, EE.UU.

isha.sadhguru.org

ishaoutreach.org

facebook.com/ishafoundation

twitter.com/ishafoundation

youtube.com/ishafoundation

Centro de Yoga Isha

El Centro de Yoga Isha, fundado bajo los auspicios de Isha Foundation, está ubicado en las estribaciones de las montañas Velliangiri. Visualizado y creado por Sadhguru como un poderoso *sthana* (un centro para el crecimiento interior), este popular destino atrae a personas de todas partes del mundo. Es único en su oferta de todos los aspectos del Yoga—gnana (conocimiento), karma (acción), kriya (energía), y bhakti (devoción) y revive el *Guru-shishya paramparya* (el método tradicional de transferencia de conocimiento de Maestro a discípulo).

El Centro de Yoga Isha proporciona un entorno de apoyo para que las personas adopten estilos de vida más saludables, mejoren las

relaciones interpersonales, busquen un nivel más alto de autorrealización y alcancen su máximo potencial.

El Centro está ubicado a 30 km al oeste de Coimbatore, una importante ciudad industrial en el sur de la India que está bien conectada por aire, tren y carretera. Todas las principales aerolíneas nacionales operan vuelos regulares hacia Coimbatore desde Chennai, Delhi, Mumbai y Bengaluru. Hay servicios de tren disponibles desde todas las principales ciudades de India. También hay servicios regulares de autobús y taxi desde Coimbatore hasta el Centro.

Se aconseja a los visitantes que se pongan en contacto con el Centro de Yoga para la disponibilidad y reserva de alojamiento con suficiente antelación, ya que generalmente está muy ocupado.

Más información en isha.sadhguru.org/center/isha-yoga-center-coimbatore.

Dhyanalinga

El Dhyanalinga es una forma de energía poderosa y única creada por Sadhguru a partir de la esencia de las ciencias yóguicas. Situado en el Centro de Yoga Isha, es el primero de su tipo en completarse en más de 2000 años. El Dhyanalinga es un espacio de meditación que no se suscribe a ninguna fe o sistema de creencias particular, ni requiere ningún ritual, oración o culto.

El Dhyanalinga fue consagrado por Sadhguru después de tres años de un intenso proceso de *prana pratishtha*. Alojado dentro de una estructura de cúpula sin pilares arquitectónicamente impresionante, las energías del Dhyanalinga permiten que incluso aquellos que no son conscientes de la meditación experimenten un estado profundo de meditación, revelando la naturaleza esencial de la vida.

Una característica especial del complejo Dhyanalinga son los Teerthakunds, cuerpos de agua subterráneos consagrados, energizados por *rasalingas*. Un baño en estas piscinas vibrantes mejora significativamente la receptividad espiritual de uno y es una buena preparación para recibir la Gracia del Dhyanalinga. Las aguas de los Teerthakunds también rejuvenecen el cuerpo, y traen salud y bienestar.

El Dhyanalinga atrae a miles de personas cada semana, que convergen para experimentar un profundo sentido de paz interior.

Más información en dhyanalinga.org.

Linga Bhairavi

Adyacente al Dhyanalinga, cerca del Centro de Yoga Isha, está el Linga Bhairavi. Consagrado por Sadhguru, Linga Bhairavi es una expresión exuberante del Divino Femenino—fiero y compasivo a la vez.

Representando los aspectos creativos y de nutrición del universo, la Devi permite a los devotos pasar por la vida sin esfuerzo; todos los aspectos físicos de sus vidas—salud, éxito y prosperidad—encontrarán nutrición. Una variedad de rituales y ofrendas están disponibles para que uno se conecte con la Gracia desbordante de la Devi.

Más información en lingabhairavi.org.

Ingeniería Interior

Ingeniería Interior, diseñado por Sadhguru, se ofrece como un programa intensivo para el crecimiento personal. El programa y su entorno establecen la posibilidad de explorar las dimensiones superiores de la vida y ofrecer herramientas para re-ingeniarse uno mismo a través de la ciencia interna del Yoga. Una vez dadas las herramientas para rejuvenecer, las personas pueden optimizar todos los aspectos de la salud, el crecimiento interior y el éxito. Para aquellos que buscan excelencia profesional y personal, este programa ofrece claves para relaciones significativas y satisfactorias

en el trabajo, en el hogar, en la comunidad y, lo más importante, dentro de uno mismo.

Ingeniería Interior puede considerarse una síntesis de ciencias holísticas para ayudar a los participantes a establecer una base interna y una visión para todas las dimensiones de la vida y encontrar el equilibrio necesario entre los desafíos de una carrera agitada y el anhelo interior de paz y bienestar.

El enfoque es un antídoto moderno para el estrés y presenta procesos simples pero poderosos de la ciencia yóguica para purificar el sistema y aumentar la salud y el bienestar interior. Los componentes del programa incluyen meditaciones guiadas y la transmisión del sagrado Shambhavi Mahamudra. Cuando se practican regularmente, estas herramientas tienen el potencial de mejorar la experiencia de vida en muchos niveles.

Más información en isha.sadhguru.org/IEO.

Isha Kriya

Isha Kriya™ es una práctica simple pero potente creada por Sadhguru, que se extrae de la sabiduría de la espiritualidad india. La palabra kriya literalmente significa 'acción interna', mientras que 'Isha' se refiere a aquello que es la fuente de la creación. El propósito de Isha Kriya es ayudar a una persona a ponerse en contacto con la fuente de su existencia, para crear la vida de acuerdo a su deseo y visión.

Proporcionada como una meditación guiada gratuita en línea y disponible con instrucciones escritas también, Isha Kriya ofrece la posibilidad de experimentar la energía ilimitada dentro.

La práctica diaria de Isha Kriya trae salud, dinamismo, paz y bienestar. Ofrece herramientas para hacer frente al ritmo acelerado de la vida moderna.

Más información en ishakriya.com.

Más de Sadhguru

INGENIERÍA INTERIOR: UNA GUÍA DEL YOGUI

PARA LA ALEGRÍA

'Ingeniería Interior es una lectura fascinante, rica en insights de Sadhguru y sus enseñanzas. Si estás listo, es una herramienta para ayudar a despertar tu propia inteligencia interior, el genio último y supremo que refleja la sabiduría del cosmos'—Deepak Chopra En su nuevo libro revolucionario, el visionario, místico y yogui Sadhguru destila sus propias experiencias con la espiritualidad y el yoga e introduce el concepto transformador de Ingeniería Interior. Desarrollado por él durante varios años, esta práctica poderosa sirve para alinear la mente y el cuerpo con las energías alrededor y dentro, creando un mundo de poder y posibilidades ilimitadas. *Ingeniería Interior* es tu propio software para la alegría y el bienestar.

Ahora disponible en hindi.

Más de Sadhguru

FLORES EN EL CAMINO

Una mente pragmática puede considerar las flores indignas de atención, ya que carecen del sustento y la utilidad del fruto, la hoja, la corteza y la raíz. Sin embargo, estas frágiles y efímeras flores se

atreven a mostrar las maravillas de la Naturaleza.

Desde una fragancia embriagadora hasta colores milagrosos y un diseño intrincado, es esta extravagancia animada la que nos atrae, toca e inspira de maneras notables.

Un ramillete variado, los artículos que componen *Flores en el Camino* ofrecen insights de Sadhguru que te impresionan con su claridad incisiva, te deleitan con humor, o incluso te dejan en una profunda quietud interior.

Ya sea que el tema aborde cuestiones sociales y asuntos mundanos, desafíos individuales o dimensiones de lo más allá, la capacidad de Sadhguru para profundizar en la raíz y mirar la vida en toda su totalidad es evidente.

Así como una flor puede confundirte con su brillantez y belleza, cada artículo también tiene la posibilidad de confundirte fuera de tus conclusiones y allanar el camino hacia el verdadero conocimiento.

Más de Sadhguru

SADHGURU: MÁS QUE UNA VIDA,

ARUNDHATHI SUBRAMANIAM

'Él es la prueba viviente de una vida después de la muerte'—Deepak Chopra Esta es la extraordinaria historia de Jaggi Vasudev o Sadhguru—un joven agnóstico que se convirtió en yogui, un motociclista salvaje que se convirtió en místico, un escéptico que se convirtió en guía espiritual. Busca recrear el viaje de vida de un hombre que combina la racionalidad con el misticismo, la irreverencia con la compasión y el profundo autoconocimiento con un amor contagioso por la vida.

Pulsando con su inteligencia aguda y vocabulario moderno, el libro te empodera para explorar tu ser espiritual y podría bien cambiar tu vida.

EL COMIENZO

Deja que la conversación comience…

Sigue a Penguin Twitter.com@penguinbooks

Mantente al día con todas nuestras historias YouTube.com/penguinbooks

Pin 'Penguin Books' a tu Pinterest

Dale like a 'Penguin Books' en Facebook.com/penguinbooks

Descubre más sobre el autor y

descubre más historias como esta en Penguin.co.in

PENGUIN ANANDA

EE.UU. | Canadá | Reino Unido | Irlanda | Australia

Nueva Zelanda | India | Sudáfrica | China

Penguin Ananda es parte del grupo de compañías Penguin Random House cuyas direcciones se pueden encontrar en global.penguinrandomhouse.com.

Esta colección publicada en 2020

Copyright © Sadhguru 2020

Se ha afirmado el derecho moral del autor

Imágenes de portada © Isha Foundation

Esta edición digital publicada en 2020.

IMPORTANTE

Esta traducción no es oficial; está realizada solo con la finalidad de llegar a la mayor cantidad de personas en el menor tiempo posible y

ayudar así a las intenciones de Sadhguru.

Este libro electrónico puede tener problemas en el formato y posiblemente en alguna traducción, ser conscientes de ello.

En cuanto la traducción oficial salga al mercado ser gratos y adquirir una copia.

Esquema del Documento

- Página del Título
- Contenido
- Sobre el Autor
- Golpe Mortal: Una Introducción
- PARTE I: La Vida y la Muerte en un Respiro
- Capítulo 1: ¿Qué es la Muerte?
- La Muerte: La Pregunta Más Fundamental
- Naturaleza Mortal
- Explorando la Muerte
- ¿Es la Muerte una Calamidad?
- Dejar de Invitar a la Muerte
- Capítulo 2: El Proceso de la Muerte
- Qué Nos Hace Funcionar
- Una Burbuja de Vida y Muerte
- Entendiendo la Vida y la Muerte
- Pancha Pranas: Las Cinco Energías Vitales
- La Secuencia de la Muerte
- Chakras: Las Puertas de Salida
- Capítulo 3: La Calidad de la Muerte
- Tipos de Muertes
- Predicciones de la Muerte
- Energías Negativas
- Suicidio: Una Perspectiva
- Socorro para los Suicidas
- Las Consecuencias del Suicidio
- Capítulo 4: ¿Se Puede Hackear la Muerte?
- Engañando a la Muerte
- La Danza de la Muerte
- Transmigración
- Buscando la Inmortalidad
- Buscando las Siguientes Dimensiones
- Capítulo 5: Mahasamadhi
- Samadhi y la Muerte
- Iluminación y la Muerte
- Mukti y Mahasamadhi
- Algunos Mahasamadhis
- PARTE II: La Gracia de la Muerte
- Capítulo 6: Preparándose para una Buena Muerte
- ¿Necesita Preparación la Muerte?
- Sueño, Ojas y la Muerte

- ¿Por Qué la Gente Teme a la Muerte?
- Cómo Lidiar con el Miedo a la Muerte
- Cómo Vivir la Vejez
- La Sabiduría del Vanaprastha Ashrama
- La Práctica de Sallekhana
- El Significado de Morir en Kashi
- Capítulo 7: Asistencia para los Moribundos
- La Importancia de los Últimos Momentos de Vida
- Ayudando a Personas que Sufren a Morir
- Sobre Morir en Casa
- Rituales desde la Muerte hasta la Disposición del Cuerpo
- ¿Está Bien Donar Órganos?
- Desmaterializando el Cuerpo
- Capítulo 8: Asistencia para los Desencarnados
- ¿Por Qué son Necesarios los Rituales después de la Muerte?
- Runanubandha—La Red de Deuda
- Kalabhairava Karma—Un Ritual después de la Muerte en Isha
- El Alcance del Kalabhairava Karma
- Entrenando a las Personas para los Rituales de Muerte
- La Muerte de los Infantes
- La Conexión Padre–Hijo en la Otra Vida
- La Importancia de los Aniversarios de Muerte
- Culto a los Ancestros
- Del Cielo y el Infierno
- Capítulo 9: Del Duelo y el Luto
- La Esencia del Duelo
- Más Allá del Duelo
- Artículos de los Muertos
- Muerte Empática
- Muerte a Gran Escala y sus Consecuencias
- Período de Luto
- Memoriales, Samadhis y Pirámides
- PARTE III: La Vida después de la Muerte
- Capítulo 10: La Vida de un Fantasma
- ¿Qué son los Fantasmas?
- Problemas con Fantasmas
- Soluciones para los Fantasmas
- Disolviendo Seres Congelados
- Nirmanakaya
- Descargando Seres
- Capítulo 11: El Enigma de la Reencarnación
- Tomando un Nuevo Cuerpo
- La Aritmética de la Reencarnación
- Recuerdo de Vidas Pasadas en Niños

- Explorando Vidas Pasadas
- Bebé Hitler
- Parejas para Toda la Vida
- La Única Relación Duradera
- Vida más allá de Mil Lunas
- Nacimiento: Siempre un Comienzo
- El Renacimiento de los Lamas
- Mis Vidas Pasadas
- ¿Volveré?
- Capítulo 12: Ronda Final
- Espiritualidad de una Gota
- Una Vez Cometiste un Error de...
- Notas
- Capítulo 1: ¿Qué es la Muerte?
- Capítulo 2: El Proceso de la Muerte
- Capítulo 3: La Calidad de la Muerte
- Capítulo 4: ¿Se Puede Hackear la Muerte?
- Capítulo 5: Mahasamadhi
- Capítulo 6: Preparándose para una Buena Muerte
- Capítulo 7: Asistencia para los Moribundos
- Capítulo 8: Asistencia para los Desencarnados
- Capítulo 9: Del Duelo y el Luto
- Capítulo 10: La Vida de un Fantasma
- Capítulo 11: El Enigma de la Reencarnación
- Capítulo 12: Ronda Final
- Glosario
- Sigue a Penguin
- Derechos de Autor